НАГИСА ТАЦУМИ

МАГИЧЕСКАЯ УБОРКА ДЛЯ ДЕТЕЙ

КАК ИСКУССТВО НАВЕДЕНИЯ ПОРЯДКА ПОМОГАЕТ РАЗВИТИЮ РЕБЕНКА

«КНИГА ОТ АВТОРА, КОТОРЫЙ ВДОХНОВИЛ МЕНЯ НА НАПИСАНИЕ **«МАГИЧЕСКОЙ УБОРКИ»**.
– МАРИ КОНДО –

SHOUT
SHARE
IT

Annotation

Дети не очень любят прибираться. Конечно, взрослых, которые без ума от этого занятия, тоже надо поискать, но дети просто поголовно ненавидят уборку и плохо с ней справляются. «Ну сколько раз можно повторять! – говорим мы. – А ну-ка, быстро наведи порядок!» Автор этой книги Нагиса Тацуми, некогда вдохновившая Мари Кондо на написание «Магической уборки», рассказывает, как ненавязчиво вовлечь ребенка в процесс работы по дому, как научить его тому, чего он пока еще не умеет. Но самое главное, считает она, – это не конкретные приемы и техники, а то, что благодаря уборке маленький человек учится чему-то более важному – обращаться с вещами, строить отношения со своей семьей и принимать решения.

- Нагиса Тацуми
  - ○
  - ○
  - ○
  - ○ Из этой книги вы узнаете
  - ○ Для чего нужно наводить порядок?
  - ○ Введение
    - ■ Дети не любят и не умеют наводить порядок
    - ■ Ребенок не следит за порядком. Он плохой?
    - ■ Откажитесь от угроз и шантажа
    - ■ С чего начать?
    - ■ Почему уборка так важна
    - ■ Наведение порядка и самые главные жизненные навыки
    - ■ Что нужно, чтобы ребенок научился бережно обращаться с вещами
    - ■ Подведем итоги
    - ■ Что нужно, чтобы ребенок научился уживаться с другими
    - ■ Подведем итоги
    - ■ Что нужно, чтобы ребенок умел действовать
    - ■ Вместе с ребенком
    - ■ Не отступайте!
  - ○ Глава 1
    - ■ Чтобы лишний раз не задумываться
    - ■ Предварительные этапы
    - ■ Наведение порядка и уборка – не одно и то же
    - ■ Выкидывать или приводить в порядок?

- Какие три вещи мы делаем, когда наводим порядок
  -
  - 1. Убирать на место то, что взял
  - 2. Вернуть то, что брал с собой
  - 3. Разобраться с тем, что принес домой
- Что родители должны объяснить ребенку. Общие советы
  -
  - 1. Определите место
  - 2. Определите идеальное количество вещей
- Что родители должны объяснить ребенку (место, количество, время)
  -
  - 3. Обозначьте время
  - 4. Расскажите о том, что убирать вещи нужно так, чтобы их было легко доставать
  - 5. Составляем правила
- Правило 1. Не оставлять свои вещи на общей территории
- Правило 2. Не класть вещи на любую поверхность
- С 10 лет ребенок уже может быть самостоятельным
- До 3 лет: родители решают, ребенок принимает участие
- От 3 до 6 лет: родители учат ребенка принимать решения
- От 6 до 10 лет: позволяем ребенку принимать решение самому
- С 10 лет: ребенок становится самостоятельным
- Глава 1: резюме. Что нужно объяснить ребенку, чтобы ему было проще наводить порядок
  -
  - Примечание. Опыт «пробной покупки»

○ Глава 2
- Распределяем по «уголкам»
- Сколько вещей нам необходимо и где их хранить
- Какие емкости подготовить
- Как относиться к той или иной вещи
  -
  - Игрушки:
  - Портфель или сумка для школы: их

должно быть удобно убирать
- Контрольные и распечатки: определяем место хранения
- Спортивная форма, сменная обувь, контейнер для еды: организуйте место, куда удобно их убирать
- Сумки для секций и дополнительных занятий:
- Поделки из школы:
- Журнальные вкладыши, оригами, бисер и прочее:
- Отчеты об успеваемости и награды:
- Школьная форма и пиджаки:
- Одежда:
- Пижама:
- То, что получено по почте:
- На полу
- Поверхность стола:
- Фигурки на полках:

- Глава 2: резюме. Что делать с вещами в детской
  -
  - Примечание. Время для уборки: приступать прямо сейчас или «после того как…»
  - Заметка. Уборка вместе с друзьями.

○ Глава 3
- Жизнь в семье
- Повседневная жизнь – это поток
- Посильные и непосильные вещи
- Как воспитать ребенка добрым и думающим об окружающих
- Определить домашние обязанности ребенка, когда ему исполнится 10 лет
- Уборка в повседневной жизни
  -
  - Убирать за собой после еды:
  - Поручить ребенку убирать со стола
  - Готовить и наводить порядок одновременно
- Уборка в гостиной: общее пространство – не твое личное
  -
  - Разъяснение семейных правил
  - Делать, даже когда не просят

- Оставлять ванную в чистоте:
  -
  - Быстро проверить все перед выходом
  - Уборка и порядок в ванной
- Умывальная – место, которое используется постоянно
  -
  - Быстренько вытереть тряпкой
  - Класть вещи после использования так, чтобы был порядок
- Убираем постиранные вещи аккуратно, чтобы их было приятно надевать
  -
  - Одежда и настроение
  - Развешивать вещи – это здорово
- Порядок в прихожей:
  -
  - Прихожая – это «лицо» дома
  - Учитывать чужое внимание
  - «Обустройство» прихожей
- Порядок в туалете, где любая грязь неприятна
  -
  - Попользовался – проверь
  - Поручаем уборку в туалете ребенку
- Включаем ребенка в процесс уборки
  -
  - Мусор нужно подбирать
  - Заметил пыль или грязь – вытри ее
  - Убирать скопившиеся вещи
- Ребенок сам убирает у себя в комнате
- Глава 3: резюме
- Какой помощи требовать от ребенка, какие задачи ему поручать
  - 1. Еда
  - 2. Гостиная
  - 3. Ванная
  - 4. Умывальная
  - 5. Стирка
  - 6. Прихожая
  - 7. Туалет
  - Примечание. День, начинающийся с уборки

○ Глава 4

- Детская комната: за и против

- Человеку нужна своя территория
- Собственный дом и отдельная детская: чем они похожи
- Комната ребенка – это его «я»
- Что это должно быть за место и с какого возраста оно необходимо
- Обустройство комнаты для ребенка
- До 3 лет – рядом с мамой
- С 3 лет: комната рядом с гостиной
- С 6 лет: предоставляем ребенку отдельную комнату, чтобы он осознал свою самостоятельность
- С 10 лет: поручаем ребенку делать все самостоятельно
- Глава 4: резюме. Почему ребенку необходима своя комната
- Какой должна быть детская
  -
  - Примечание. Как бороться с детским «купи!»
  - Примечание. Как быть с бабушками и дедушками
  - Примечание. Что делать с подарками
  - Примечание. Каким родителем я хочу быть
- Календарь уборки на 12 месяцев
  -
  - Сентябрь
  - Октябрь, ноябрь
  - Декабрь, январь
  - Февраль
  - Март, апрель
  - Май
  - Июнь, июль
  - Август
- Заключение
-

- notes
  - 1
  - 2
  - 3
  - 4
  - 5
  - 6
  - 7

○ 8
○ 9

Нагиса Тацуми
Магическая уборка для детей: как искусство наведения порядка помогает развитию ребенка

Nagisa Tatsumi
子どもを伸ばすお片づけ
Kodomo wo Nobasu Okatazuke
Kodomo wo Nobasu Okatazuke by Nagisa Tatsumi
Copyright© 2005 by Nagisa Tatsumi Russian translation rights arranged with IWASAKI PUBLISHING CO., LTD. through Japan UNI Agency, Inc., Tokyo
© Заболотнова И., перевод на русский язык, 2019
© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2019
Все права защищены. Книга или любая ее часть не может быть скопирована, воспроизведена в электронной или механической форме, в виде фотокопии, записи в память ЭВМ, репродукции или каким-либо иным способом, а также использована в любой информационной системе без получения разрешения от издателя. Копирование, воспроизведение и иное использование книги или ее части без согласия издателя является незаконным и влечет за собой уголовную, административную и гражданскую ответственность.

***

Нет детей, которые с рождения умели бы убираться. Помните об этом, дорогие родители, и не думайте, что ваш ребенок, какой-то не такой.

Эта книга расскажет, как приучить ребенка наводить порядок. Для ее автора Нагисы Тацуми очевидно, что люди, которые способны поддерживать порядок в доме, не просто умеют раскладывать все по полочкам, а хорошо овладели тремя навыками: правильно обращаться с вещами, ладить с другими и жить активной жизнью.

***

«Всем родителям приходится задумываться о том, как

приучить ребенка к порядку. Это бывает непросто. А дети совсем не любят это делать. В этой книге объясняется, как постепенно учить ребенка наводить порядок дома, как донести до него идеею о том, что поддерживать чистоту – это важно. Более того, автор книги Нагиса Тацуми уверена, что в уборке есть более глубокий смысл: она помогает ребенку освоить самые базовые жизненные навыки, учит бережно обращаться с вещами и жить в гармонии с другими людьми».

Ольга Чернова, главный редактор

«Книга от автора, который вдохновил меня на написание «Магической уборки».

Мари Кондо

Из этой книги вы узнаете

• Как приучить ребенка убирать игрушки
• Какой помощи требовать от ребенка, какие задачи можно ему поручать
• Как научить ребенка бережно обращаться с вещами
• Зачем ребенку нужна своя комната
• Почему уборка так важна

Для чего нужно наводить порядок?

Эта книга расскажет, как научить ребенка наводить порядок.

Но это не инструкция по уборке, хотя о ее способах здесь тоже говорится.

Все советы я распределила по темам и снабдила комментариями, чтобы ими было легче пользоваться.

В первой главе я расскажу, что нужно сделать родителям, прежде чем ругать ребенка за беспорядок и требовать прибраться. Вы узнаете, как ненавязчиво вовлечь ребенка в процесс уборки, как подготовить его к тому, чего он пока не умеет делать.

Во второй главе речь пойдет о детских вещах. Какие вещи есть у ребенка в комнате – то есть на его территории? Как их лучше хранить? Думаю, стоит учить ребенка поддерживать порядок, начиная с его личных вещей.

В третьей главе мы поговорим о пространстве вне детской: что нужно делать, чтобы ребенок убирал вещи, которыми пользуется вся семья на общей территории – на кухне, в гостиной и т. д.

В четвертой главе я немного отхожу от темы уборки и размышляю о детской как отдельном пространстве. Нужна ли ребенку своя комната? Как родители должны к ней относиться?

Для меня самое важное в наведении порядка – не конкретные приемы и техники. Я считаю, что благодаря уборке люди учатся чему-то более важному – обращаться с вещами, строить отношения со своей семьей, принимать решения. Я надеюсь, что вы тоже откроете для себя что-то новое.

Начинайте читать с того места, которое вас заинтересовало, и попробуйте применить то, что кажется вам важным и посильным.

Нагиса Тацуми

Введение
Порядок в доме и самые главные жизненные навыки

Дети не любят и не умеют наводить порядок

Трудно сосчитать, сколько раз маме ребенка старше двух лет приходится повторять эти слова – «навести порядок»:

«Давай сначала наведем порядок, а потом сядем за стол».

«У тебя такой кавардак в комнате! Не пора ли навести порядок?»

«Наведи порядок, гости придут!»…

Часто мы ругаем ребенка: «Ну сколько раз можно повторять! А ну-ка, быстро наведи порядок!»

Дети не очень любят прибираться. Конечно, взрослых, которые без ума от этого занятия, тоже надо поискать, но дети просто поголовно ненавидят уборку и плохо с ней справляются.

Обычно им интересно вынимать свои игрушки одну за другой. Когда вы собираетесь угостить их сладостями, они охотно достают из буфета блюдца. Они раскладывают перед собой ведерки и лопатки, чтобы играть в песочнице, а когда выбирают, что надеть, вываливают из шкафа все подряд. Дети только и делают, что вытаскивают вещи, а вот мысль убрать их на место, похоже, им просто не приходит в голову.

Я думаю, что само это действие – наведение порядка – не заложено у человека в генах. Доставать вещи так или иначе приходится, а вот необходимости убрать их на место у нас нет, соответственно, и желания такого не возникает. Похоже, люди научились наводить порядок только потому, что с давних времен мамы постоянно ругали нас и заставляли прибираться. Так что проблема детей не в том, что они этого не хотят, – они еще не знают, как это делать.

Похоже, люди научились наводить порядок только потому, что с давних времен мамы постоянно ругали нас и заставляли прибираться.

Ребенок не следит за порядком. Он плохой?

Нет детей, которые с рождения умели бы убираться. Помните об этом и не расстраивайтесь, что ваш ребенок – грязнуля. Если он не может прибраться, это не значит, что он плохой. Наоборот, это нормально. Ведь он еще не понимает самой идеи наведения порядка, не знает, как это делается, и потому ваши призывы и указания ставят его в тупик.

Жаль ребенка, когда его ругают или считают глупым, хотя проблема в простом непонимании. Но его не менее жалко, если ему не дают шанса стать самостоятельным. Часто мама делает все сама, считая, что так быстрее или что ребенок слишком мал.

Взрослым следует обучать детей уборке так же тщательно и терпеливо, как они учат их разговаривать или обращаться с предметами – чашкой, ножницами и т. д.

Это обучение дается нелегко и часто повергает вас в растерянность. Но выбора нет – нужно преодолевать эти трудности и шаг за шагом объяснять ребенку, что к чему. Он будет постепенно осваивать нужные навыки и в конце концов сможет делать все самостоятельно.

Откажитесь от угроз и шантажа

Я часто думаю, как здорово было бы по мановению волшебной палочки привить ребенку умение наводить порядок. Хорошо бы существовало такое заклинание! Скажешь: «Абракадабра!» или «Сим-салабим!» – и все само собой налаживается. Но такой магии нет, увы. Когда я вижу, что в детской все вверх дном, с моих губ вместо заклинаний срываются угрозы вроде: «А ну-ка, приберись, иначе я все это выкину!» или «Пока не приберешься, на второй этаж не пойдешь!» (на втором этаже – спальня). Мой муж порой заявляет: «Не будешь бережно обращаться с вещами (не будешь убирать их) – больше не куплю!» А кто-то из моих знакомых пугал ребенка так: «Если не приберешься, придет гигантский Будда и заберет тебя!» Когда-то в детстве их ребенка очень впечатлили огромные статуи Будды в городе Камакура, теперь родители, чуть что, упоминают их, и это работает.

У нас в семье был период, когда мы придумывали разных монстров. Если наш сын бегал по дому голышом после ванны, мы говорили ему, что придет «морковный монстр» и откусит его «морковку». А когда малыш играл слишком близко к домашней печке, мы пугали его «обжигающим монстром».

Но вот для уборки никакого чудовища не нашлось, ведь к этому занятию сложно подобрать аналогию. Здесь нет такой четкой логики, как например: будешь бегать без одежды – монстр откусит твою «морковку», будешь сидеть близко к огню – обожжешься. То, что игрушки сломаются, если их не убирать, звучит не очень правдоподобно, и то, что книги исчезнут, тоже вряд ли может сильно испугать.

Получается, у нас всего два выхода: или грозиться выбросить вещи, или шантажировать ребенка, что вы больше ничего ему не купите, не дадите сладостей, не разрешите смотреть телевизор и т. д.

Но запугивания не помогут решить проблему, пока ребенок не принимает самой идеи наведения порядка. Он лишь нехотя уступает вам, чтобы не остаться без игрушек и конфет. Его попытки схалтурить, несмотря на все угрозы, – тому подтверждение: он может просто переложить вещи с пола на стол или затолкать их в ящики. Запугиваниями и условиями можно успешно мотивировать ребенка, если он и сам не против уборки, но с ребенком, который не хочет этого делать, это последнее средство, и с помощью угроз вряд ли удастся добиться толку.

С чего начать?

Раз уж нет волшебных заклинаний, родителям придется собраться с духом и учить ребенка самостоятельно. С чего же начать?

Моя подруга плохо умеет наводить порядок и считает, что если она на это неспособна, то ребенок – тем более.

Действительно, родители не могут научить ребенка тому, чего не умеют сами. Но пусть человек в чем-то не силен – он может освоить это, чтобы стать хорошим родителем.

Наверняка каждый из нас, обедая с супругом или с друзьями, случайно ставит локти на стол или берет вилку не так, как положено.

Но когда с вами сидит ребенок, вы делаете ему замечания: «не ешь с тарелки, так делают только собаки», «убери локти со стола», «держи ложку правильно» и т. д. Ведь вы хотите, чтобы ребенок научился хорошо вести себя за столом.

Раз уж вы делаете ребенку замечания, приходится следить за тем, какой пример вы ему подаете. Со временем вы привыкаете сначала проверять, как сидите сами, и только потом напоминать ребенку, что надо убрать локти. Перед тем как попросить его доесть до конца, вы смотрите, не осталось ли что-то в вашей тарелке.

Постепенно вы привыкаете вести себя как примерный родитель и однажды замечаете, что у вас естественным образом сформировалась привычка есть красиво и правильно.

Воспитание детей дисциплинирует и самих родителей. Это шанс, как говорится, убить одним выстрелом двух зайцев! Так что соберитесь с духом и вместе с ребенком всерьез возьмитесь за освоение навыков уборки.

Почему уборка так важна

А теперь я предлагаю вам задуматься, почему наводить порядок – это так важно. Мы рефлекторно стыдимся беспорядка в комнате, одежды, которая валяется где попало. Откуда берутся эти ощущения?

Подумаем об этом как о части домашней рутины. Например, если ваш друг приготовил не очень вкусное блюдо, в этом нет ничего страшного: у одних получается хорошо, у других – не очень. Не все могут на ура справляться с бытовыми задачами, это индивидуальные особенности.

Но если вы пришли к знакомому и, стоя в прихожей, краем глаза заметили, что в комнате не убрано, вам кажется, что вы увидели что-то плохое. У вас даже может поменяться мнение о человеке, если вы случайно открыли его шкаф и увидели там скомканную одежду.

Мне кажется, сущность человека проявляется в том числе и в умении наводить порядок.

Но неужели важность поддержания порядка в доме только в том, что жить в пыли вредно для здоровья, одежду, брошенную как попало, уже не наденешь, а оставленные без внимания квитанции забываешь оплатить, пока не придет напоминание? Вряд ли это так. Ниже я расскажу, в чем причина.

Наведение порядка и самые главные жизненные навыки

Я не считаю, что человек наводит порядок в доме только для того, чтобы все лежало красиво. Мы не просто животные, именуемые людьми, – мы активно взаимодействуем с окружающими вещами. А еще человека не зря называют социальным животным: на уровне инстинктов нам комфортнее жить с себе подобными.

Человек не компьютер и не живет исключительно за счет мозга. У нас есть руки, ноги и все остальные части тела, которыми мы успешно пользуемся. Согласитесь, все эти элементы очень важны и их совокупность делает человека человеком.

Мне кажется, что люди, которые хорошо умеют поддерживать порядок в доме, хорошо овладели тремя навыками: правильно обращаться с вещами, ладить с другими и жить активной жизнью.

Следовательно, для меня важно воспитать не чистюлю, умеющего красиво складывать и хранить вещи, а ребенка, который приобрел навыки полноценной и счастливой жизни в обществе. Именно поэтому необходимо с ранних лет приучать его к уборке.

Может быть, здесь и кроется отгадка, почему нам не по себе, когда мы видим беспорядок в чужом доме. Это заставляет нас чувствовать, что хозяин дома так и не освоил базовые жизненные навыки.

Что нужно, чтобы ребенок научился бережно обращаться с вещами

Давайте поговорим об одной из трех привычек, которым нас учит уборка: о правильном обращении с вещами.

Мы живем в окружении вещей, которых становится все больше и больше. У каждого из нас в распоряжении несколько тысяч различных предметов, причем мы сами должны их выбирать, решая, что нам нужно и что приносит радость. Наверняка так было и раньше, но в наше время, когда вещей стало слишком много, комфортнее и лучше живут те, кто умеет правильно с ними обращаться.

Когда вы наводите порядок, вы не просто убираете, складываете и красиво расставляете все по местам. Вам приходится решать ряд вопросов: нужна эта вещь или нет? Если да, то как часто? Куда лучше ее положить, чтобы было легко достать?

В ходе этих размышлений мы формируем отношение ко всему, что имеем.

Говорят, можно понять, что представляет собой человек, по содержанию его книжных полок. Когда-то давно гурман Брилья-Саварен писал: «Скажи мне, что ты ешь, и я скажу тебе, кто ты». Если следовать этой логике, то предметы, которыми человек себя окружает, рассказывают о нем не меньше.

Подведем итоги

Чему учит уборка:

– Самостоятельно отвечать за свои вещи

Твоя личность проявляется в умении распоряжаться тем, что ты имеешь.

– Разделять вещи на нужные и ненужные

Это относится к способности принимать решения. В жизни ребенку часто придется делать выбор, и не только о том, нужна ли ему какая-то вещь. Самостоятельность развивается, когда человек с ранних лет привыкает брать на себя ответственность за свое решение.

– Определять, в каком количестве вам нужны те или иные вещи

– Жить в достатке – не значит иметь много. Скорее это означает иметь ровно столько вещей, сколько нужно. Их количество зависит от того, насколько человек умеет аккуратно размещать их и поддерживать порядок.

– Не просто владеть вещами, а умело их использовать

Когда мы сохраняем порядок, пользоваться своим имуществом гораздо проще. Если не положить на место ножницы, то их трудно найти в следующий раз. Если бросать одежду как попало, она мнется. Если просто запихать все вещи в шкаф, среди них невозможно потом отыскать то, что нужно. Мы кладем предметы так, чтобы можно было в любой момент их достать. Применяя этот принцип на практике, вы поймете кое-что очень важное: вещь эффективно служит только тогда, когда ею пользуются.

Что нужно, чтобы ребенок научился уживаться с другими

Теперь поговорим о способности ладить с окружающими.

Мы живем среди людей, хотим мы этого или нет. Дома у нас родители, сестры и братья, спутники жизни, дети. За пределами дома – соседи, коллеги по учебе или работе. Нередко ужиться с другими людьми трудно, но нельзя жить изолированно от всех.

Семью называют ячейкой общества, и, на мой взгляд, это правильно. В родительском доме человек учится существовать среди других и понимает, как это здорово.

Итак, дом – это место, в котором люди живут под одной крышей. Но не только – здесь мы храним свои вещи, среди которых есть и общие, и личные. Поддерживать порядок в доме означает думать о том, как вести себя и как обращаться с вещами на общей территории.

Подведем итоги

– Находясь в компании других людей, следует учитывать их желания

Когда мама просит ребенка навести порядок, он понимает ее желание. Ребенок догадывается, что мамина фраза «у тебя в комнате беспорядок» означает «прибери там, пожалуйста». Это понимание не врожденное, оно приобретается постепенно, в ходе взаимодействия с родителями.

– Четко говорить о своих намерениях

Представьте себе ситуацию: мама просит убрать игрушки, а ребенок ей отвечает, что он еще не доиграл в кубики. Он действительно что-то построил и хочет потом вернуться к этому занятию? Или он просто придумывает отговорки, чтобы избежать скучной обязанности?

Ребенку полезно научиться четко выражать свою мысль.

Если он способен сказать: «Можно я оставлю только кубики, а остальные игрушки уберу?», это означает, что он приобрел важный навык общения, который пригодится ему в жизни.

– Думать о себе и о других

Когда ребенок поймет, что нужно преодолевать лень и убирать из гостиной разбросанные игрушки, потому что они всем мешают, он постепенно привыкнет думать о других. Он будет понимать, что если, например, сесть на пол в проходе поезда, то это причинит неудобство окружающим.

Привыкая корректировать свое поведение и заботиться об окружающих дома, ребенок научится вести себя в общественных местах.

– Заботиться о своей и чужой территории

В доме у всех есть как общее пространство, так и личное. Пока ребенок еще маленький, у него часто нет своей комнаты, но место, пусть даже небольшое, где хранятся игрушки, книги и где можно учиться, наверняка есть. Это может быть «уголок» в гостиной или в родительской спальне.

В гостиной отдыхает вся семья, и разбросанные игрушки всем мешают. Объясните ребенку, что он отвечает за свой «уголок» и должен содержать его в порядке. Он не может делать что хочет только потому, что это его пространство.

Дайте ему понять, что если игрушки валяются по всей комнате, то семье негде проводить время. Пусть он учится думать об окружающих. Ключевая мысль здесь не «я разбрасываю вещи, потому что это общее место», а «раз это общее место, то я постараюсь сделать так, чтобы всем было здесь комфортно».

– Проживая в доме вместе с другими, человек понимает, что должен делать что-то сам

Этот пункт связан с двумя предыдущими. Когда ребенок живет в маленьком обществе под названием «семья», он учится наводить порядок в своих вещах. Благодаря этому он понимает, что какие-то задачи надо решать без чужой помощи, думая и действуя самостоятельно.

Будет здорово, если он научится по-новому относиться к общим вещам, поймет, что они принадлежат всем – и ему тоже, поэтому он, как один из хозяев, может сам их убрать.

Что нужно, чтобы ребенок умел действовать

Поговорим о конкретных действиях.

В наше время люди привыкли довольствоваться теорией; часто им достаточно того, что они усвоили информацию.

Нам уже не нужно ходить по библиотекам и учиться на собственном опыте, чтобы что-то понять, ведь мы можем моментально получить нужные знания в интернете. У нас есть доступ к советам экспертов, инструкциям, примерам и подробным объяснениям различных ноу-хау. Люди считают чуть ли не дураками тех, кто действует методом проб и ошибок и терпит неудачи.

Конечно, очень удобно быстро получать информацию, но человек при этом рискует стать «диванным экспертом».

Любая самая совершенная техника рождается путем испытаний, размышлений и новых попыток. Часто создание хорошей теории возможно лишь потому, что ее автор проверял свои догадки на практике. И наоборот, иногда нужно хорошенько все обдумать, чтобы понять, как лучше действовать.

В любом случае для полноценной жизни человек должен и думать, и действовать, не выбирая что-то одно.

Действия воодушевляют меня. Мне бы очень хотелось, чтобы именно в нашу эпоху культа теоретических знаний дети и взрослые помнили о том, как важна физическая активность. Когда вы наводите порядок, вы постоянно задействуете руки и тело и естественным образом приходите к новым идеям.

– Важен не только результат, но и процесс

Если считать, что суть уборки в том, чтобы сделать комнату чистой и красивой, то не проще ли пригласить уборщицу?

Согласитесь, в некоторых занятиях важен именно процесс.

Дети это знают. Если еду готовила мама, ребенок может оставить ее на тарелке. Но если он сам готовил: чистил яйца, резал овощи, – то он съест все быстро и без капризов. Он будет наслаждаться пищей, которую сделал сам. Так и в учебе – чувство удовлетворения приходит оттого, что твои усилия приносят результаты. Ты старательно учился и благодаря этому смог поступить куда хотел.

Люди, которые осознают важность процесса и погружаются в него, живут продуктивно.

– То, что нужно сделать сейчас, нужно сделать именно сейчас

Это называется умением действовать. Мы хотим отдыхать и

развлекаться сию минуту, а все нудное и скучное оставить на потом. Но если родители сделали замечание, что в комнате беспорядок, и попросили убрать там прямо сейчас, то это лучше сделать немедленно. Так ребенок поймет, что проще справиться с необходимыми делами сразу, не откладывая их в долгий ящик.

– Доводить дела до конца приятно

Нам часто хочется закончить уборку, когда в комнате уже более или менее чисто. Как поступить, если до идеала нужно сделать еще одно усилие? Оставить как есть или совершить последний рывок и навести полный порядок? Когда вы научитесь собираться с силами в финале, то поймете, что дело, доведенное до конца, приносит чувство удовлетворения и что важнее всего именно заключительная часть.

Факт – гораздо приятнее видеть комнату в идеальном порядке, чем разбросанные кое-где игрушки или книги.

– Движение обогащает

Не только уборка, но и любые домашние дела приносят облегчение и помогают отвлечься. Устав от интеллектуальной работы, я выхожу в сад: копаю, сажаю, борюсь с сорняками. Когда полностью погружаешься в этот процесс, душа отдыхает. Конечно, физическая активность в виде игр или развлечений – это тоже неплохо, но труд обогащает нас и делает восприимчивыми ко всему окружающему.

Вместе с ребенком

Не кажется ли вам, что уборка – это не только хлопоты, но и возможность сделать что-то вместе с ребенком? Если честно, я всю свою жизнь – и в детстве, и когда жила одна, и когда только вышла замуж – терпеть не могла уборку. Я говорила всем, что это мое самое ненавистное занятие из всех домашних обязанностей. Но мой муж любит, чтобы в доме было уютно и чисто, поэтому я приучила себя наводить порядок.

После рождения ребенка многое изменилось – я стала постоянно заботиться о том, чтобы его жизнь была как можно более гармоничной.

Как мы уже говорили, родители воспитывают себя вместе с ребенком, и я по-новому посмотрела на многие вещи, в том числе и на уборку. Я перестала воспринимать ее как простую обязанность, переосмыслила важность обращения с вещами, отношения к тем, кто живет рядом, пользу физического труда. Благодаря этому я стала гораздо лучше справляться с поддержанием порядка в доме.

Я пока не могу сказать, что полюбила наводить чистоту, но все равно довольна результатами. Трудно изменить свой характер, и все же любому человеку под силу научиться справляться даже с нелюбимым делом. Гораздо проще привыкать к этому не во взрослом возрасте, а с ранних лет, когда и тело и душа еще очень подвижны.

Не отступайте!

Пусть вас не покидает уверенность в том, что поддерживать дом в чистоте очень важно. Это убеждение поможет вам не уступать отговоркам и мотивировать ребенка, чтобы он смело взялся за дело. Если вы сами плохо умеете убираться или не знаете, как научить этому ребенка, не отчаивайтесь и попробуйте это освоить.

И еще кое-что. Не думайте, что достаточно заставить ребенка наводить порядок. Помогайте ему, думайте и действуйте вместе с ним. Во-первых, вы станете для него примером, а во-вторых, скорее всего, и сами начнете понимать, как сделать лучше. Это понимание принесет вам ощущение полноты и завершенности.

Если вы будете заставлять ребенка убирать комнату, приводя ему логические доводы или объясняя, что стараетесь для него же, это возымеет обратный эффект. Одна и та же идея может быть воспринята в штыки, если ее тебе навязывают, и наоборот, казаться чем-то очень важным, если ты дошел до нее самостоятельно. Родителям нужно просто попросить ребенка прибраться.

Если вы твердо скажете: «Наведи порядок», то одной этой фразы ребенку будет достаточно – он поймет, чего вы от него хотите.

Глава 1
Что родители должны объяснить ребенку, прежде чем сказать ему: «Наведи порядок»

Чтобы лишний раз не задумываться

Давайте вспомним, что мы делаем, прежде чем начать готовить у себя на кухне.

У нас есть необходимая посуда, продукты и приправы для задуманного блюда, но надо знать, что где лежит.

В новой кухне бывает непросто быстро приготовить еду. Если вы недавно сняли квартиру или вернулись в родительский дом после долгого отсутствия, вам бывает сложно ориентироваться.

И наоборот: в своей кухне вам не приходится разыскивать сковородку, а когда нужен соевый соус, рука сама тянется туда, где он стоит. Вы не забиваете себе голову лишними вещами и можете сосредоточиться на готовке.

Так же и с уборкой: когда не нужно лишний раз задумываться, куда положить книги и прибрано ли на столе, то даже детских сил вполне достаточно, чтобы справиться с задачей. А если ребенку придется решать, что делать с каждой вещью («Куда бы спрятать модельки?» или «Наверное, будет нехорошо, если я брошу одежду на кровать?» и т. д.), ему быстро надоест этот процесс и он не сможет ни на чем сосредоточиться.

Предварительные этапы

Итак, что нужно для того, чтобы сразу приступить к делу?

Прежде чем ответить на этот вопрос, давайте проясним, что мы будем подразумевать под «наведением порядка».

Сначала обратим внимание на предварительные этапы. Поскольку они связаны с уборкой, люди часто считают, что это одно и то же, но лучше думать о них как об отдельных действиях.

Наведение порядка и уборка – не одно и то же

Мы не разделяем эти два понятия в повседневной жизни. Когда мы делаем уборку в доме, то кладем по местам все вещи и одновременно очищаем квартиру от грязи и пыли. Так что мы можем путать «уборку» и «наведение порядка».

В детских рассказах на эту тему тоже нет особой разницы между тем и другим. Но подумайте вот о чем. Когда вы говорите, что не сильны в уборке, что вы имеете в виду? То, что у вас не получается красиво разложить вещи по местам или что вы не умеете тщательно протирать пыль и обращаться с пылесосом? А если вас впечатлили чьи-то способности прибираться, на что вы обратили внимание: на то, как все аккуратно разложено и расставлено, или на то, что в доме ни пылинки?

Мне уборка дается плохо. Виной тому и характер, и слабое зрение: я часто не могу идеально вытереть пыль или какую-то мелкую грязь. Но мне очень не нравится, когда подушки лежат криво или на тумбочке скопилась куча книг. Я всегда обращаю на это внимание и стараюсь все красиво разложить или убрать.

Но речь идет не о личных особенностях человека, а о том, что у уборки и наведения порядка разные цели. Это здорово, если ребенок полюбит и то и другое, но давайте для начала четко разграничим понятия.

Пусть во время уборки ребенок полностью сосредоточится на уборке. Когда наводит порядок – на наведении порядка. Так ему будет проще справиться со своими задачами.

Выкидывать или приводить в порядок?

Наводить порядок означает, по сути, убирать вещи, чтобы их легко было достать. Еще точнее – класть на место вещи, которыми мы пользуемся, так чтобы они были под рукой.

Мы часто забываем этот момент – «вещи, которыми мы пользуемся». Сначала нужно разделить все, что у нас есть, на нужное и ненужное и избавиться от последнего. Если оставить только необходимое и грамотно разложить, то наводить порядок станет куда проще.

Дети больше, чем взрослые, склонны считать, что все, что у них есть на данный момент, им необходимо. Если мама хочет выкинуть старую игрушку, поскольку ребенок из нее уже вырос, он заплачет и скажет, что еще будет ею играть, хотя уже почти забыл о ее существовании. Он может вцепиться в дешевую безделушку, которой на самом деле ничуть не дорожит, настаивая, что она ему очень нужна, если вы вдруг захотите ее кому-нибудь отдать.

Но так можно хранить все подряд, забивать шкафы ненужными вещами, и наводить порядок будет нелегко. Поэтому не спешите убирать все в коробки на полки. Вам нужно научить ребенка принимать решения: будет он использовать какую-то вещь или ее можно выкинуть.

Нельзя заставлять выкидывать игрушку, если ребенок говорит, что она ему очень дорога и он ее любит, пусть даже вам она кажется бесполезной и совершенно обычной. И, наоборот, без сожалений выбрасывайте или отдавайте вещи, даже сравнительно новые и недешевые, которые ему больше неинтересны.

Дети есть дети. Они пока не умеют рассуждать объективно. Я еще коснусь этой темы, но родителям, особенно пока ребенок не достиг 10-летнего возраста, очень хочется повлиять на его решения. Мы объясняем: «но ты ведь не будешь этим пользоваться» или «ты говоришь, что это тебе не нужно, но если учесть то-то и то-то, то лучше это не выкидывать».

Период, когда вы можете по своей воле избавляться от детских игрушек, заканчивается самое позднее, когда ребенку исполняется три года. Часто родители попадают в непростое положение из-за того, что они что-то тайком выбросили, а ребенок вдруг вспомнил об этой вещи и стал капризничать, потому что она пропала.

В конце концов, пусть ребенок сам решит избавиться от какой-нибудь игрушки, а потом (что маловероятно) пожалеет об этом. Он приобретет ценный опыт. Родителям даже не нужно будет говорить, что они были правы: ребенок сам почувствует последствия своего решения. Он задумается, что можно самому себе сделать хуже, если выбросить что-то не подумав. Он будет анализировать свои поступки и чему-то научится, задавая себе

вопросы («я это выбросил, но почему?» и т. п.).

Какие три вещи мы делаем, когда наводим порядок

Итак, «наведение порядка». Что собой представляет это занятие отдельно от «уборки» и «выбрасывания вещей»?

Наблюдая за повседневной жизнью ребенка, можно отметить три момента.

1. Убирать на место то, что взял

Он берет разные вещи: книги, ножницы, учебные принадлежности, игрушки, полотенца и т. д. Все это можно сразу же вернуть на место после использования, но обычно ребенок этого не делает.

2. Вернуть то, что брал с собой

Есть много вещей, которые дети надевают или берут с собой, выходя на улицу: одежда, рюкзак, мобильный телефон, даже контейнер для обеда. Похоже, ребенку кажется, что «место» этих вещей – его собственное тело, ведь они всегда при нем, когда он не дома. Наверное, поэтому, вернувшись домой, он бросает их где попало.

3. Разобраться с тем, что принес домой

Когда ребенок приносит домой распечатки из школы, новую игрушку или что-то еще, чего раньше в доме не было, ему нужно определить место для этих предметов. Часто он решает положить ее «пока куда-нибудь» или затолкать в ящик стола, который и так уже почти не закрывается.

Таким образом, чтобы научиться поддерживать порядок, ребенку нужно привыкнуть:

– сразу класть на место то, чем он пользовался;

– то, что брал с собой, возвращать на прежнее место;

– выбрасывать или убирать новые вещи, которые он приносит в дом.

Это три важных элемента, из которых состоит наведение порядка. Давайте разберемся, какие условия надо создать, чтобы ребенку было проще совершать эти действия.

Что родители должны объяснить ребенку. Общие советы

Давайте начнем с общих советов для всех трех пунктов.

Что предпринять родителям, чтобы их ребенку во время уборки не пришлось каждый раз, взяв в руки очередную вещь, задумываться: что же с ней делать?

1. Определите место

Помните пример с кухней? Когда приходится раздумывать над каждым действием, работа превращается в сплошную мороку. Нужно создать для уборки условия, в которых можно действовать не задумываясь.

Для этого очень важно, чтобы каждая вещь имела свое определенное место. Главный критерий – на этом месте она должна быть доступна для использования.

Ножницы можно убрать в верхний ящик стола. Школьные распечатки – во второй. Кукол поставить на полку возле кровати. Вязаных зверей – в ящик шкафа, где хранятся игрушки. Радиоуправляемые машинки – на верхнюю полку этого же шкафа.

Шапку – на крючок в прихожей. Снятую одежду – на вешалку…

Нетрудно решить, что модели самолетов можно поставить на одну полку с радиоуправляемыми машинками, а цветные карандаши положить в ящичек с мелками. Это сумеет даже ребенок. Родителям нужно плавно подвести его к тому, чтобы он делал это самостоятельно.

Детям непросто распределить свои вещи на группы и придумать, куда и как их лучше убрать. Поэтому родителям нужно сначала в общих чертах представить себе, на какие категории их можно разделить, и приготовить для каждой категории свой «уголок». Например: учебный «уголок», «уголок» для одежды, «уголок» для разных игрушек, «уголок» для книг и т. д. Затем распределяем вещи в уголках на более мелкие группы. Например, одежда: свитеры и кофты, рубашки, нижнее белье, мелочи и т. д. Определяем, куда и как складывать вещи каждой группы.

Но это еще не все. Теперь нужно решить вопрос о количестве вещей. Их должно быть столько, чтобы мы легко с ними управлялись, чтобы они не валялись, забытые и никому не нужные. Не стоит бесконечно захламлять шкафы.

Ребенку сложно понять, сколько ему нужно вещей. Он пока не может составить себе общее представление обо всем, что его окружает в жизни. Родители должны сами это решить исходя из характера и привычек ребенка и объяснить, куда что класть.

2. Определите идеальное количество вещей

Если ребенок жалуется, что коробка уже полная и в нее больше ничего не помещается, найдите сломанное и ненужное и сразу выбросьте это. Не нужно готовить новые коробки, бездумно увеличивая количество вещей.

Старайтесь заполнять места хранения примерно на 70 %. Люди часто пытаются уместить как можно больше, занимая все 100 % или даже 150 % пространства и не оставляя ни одного свободного миллиметра. Но если все так уплотнять, то потом сложно класть обратно то, что вы вытащите, да и доставать нужный предмет непросто.

Пока все коробки и полки не заполнятся, вы наверняка будете добавлять туда что-то новое. Приучите себя, убирая на хранение очередную вещь, заодно проверять, нет ли в коробках того, что можно выбросить. В будущем это упростит вам задачу.

Конечно, вам может понадобиться еще одна коробка. Это означает, что вашему ребенку нужно немного больше вещей, чем вы думали.

Что родители должны объяснить ребенку (место, количество, время)

Теперь давайте подумаем, что родителям следует объяснить ребенку про каждое из наших трех действий.

На самом деле возвращать вещи на место после того, как ими пользуешься, – очень просто. Легко положить туда, откуда взял. Но на практике это простое действие совершают далеко не все и не всегда.

Даже взрослый после того, как пострижет ногти, может положить маникюрные ножницы на стол, а прочитанную книгу оставить на диване. Сняв фартук, мы вешаем его на спинку стула…

Взрослым остается только контролировать себя, насколько это возможно. А для ребенка лучшим вариантом будет прямо с детства привыкнуть все класть на место.

Именно родители могут приучить его к этому.

Итак,

3. Обозначьте время

Одним простым замечанием можно дать понять, что действовать нужно прямо сейчас. Если вы видите, что ребенок собирается бросить ножницы, скажите ему, что нельзя оставлять их где попало. Если он вставал на стул, чтобы что-то достать, и потом забыл его убрать, напомните ему, что стул стоит не на месте.

Это применимо и к более продолжительным действиям. Если ребенок достает сначала кубики, потом игрушечную железную дорогу, потом оригами, мягко остановите его. Достаточно простых слов: «Убери здесь немного, а потом продолжай, хорошо?» или «Сначала убери на место то, во что поиграл, а потом уже доставай другие игрушки». Можете сказать ему один раз в конце дня: «Ну что ж, уже вечер, пора тебе убрать все на место».

Возвращать вещи на место – дело привычки. Первые замечания вряд ли понравятся ребенку, и, возможно, он будет вам перечить. Но если вы неустанно повторяете одно и то же, как будто сразу убирать – это само собой разумеющееся действие, то он постепенно привыкнет к этой мысли. Для него это станет так же естественно, как выключить свет, выходя из туалета.

Людям вообще не нравится, когда им указывают, что делать.

Даже то, с чем ты охотно справился бы по своей воле, тяжело делать по указке. Если родители заставляют помыть посуду, то тебе не хочется ее мыть. Но если ты сам решил помочь, то с радостью берешься за дело. Наверняка у каждого был похожий опыт.

Если у родителей с детьми складываются хорошие отношения, то рано или поздно ребенку надоест делать все по указке и он начнет действовать сам.

Поэтому родителям нужно проявить мудрость, чтобы понять, когда можно делать замечание. Например, если ребенок только собирался убрать вещь на место, а вы ему говорите: «ты не положил куда нужно», то он вам возразит, что «как раз собирался», и будет только хуже.

Тем не менее родительское воспитание чуть ли не полностью состоит из настойчивого повторения одних и тех же установок. Там, где посторонний человек сдается с первого раза, родители, выполняя свою социальную роль, повторяют снова и снова, не поддаваясь эмоциям и поддерживая свой авторитет.

Наверное, родителям ничего другого не остается, пока их дети в таком возрасте, когда привычку можно сформировать только с помощью слов.

4. Расскажите о том, что убирать вещи нужно так, чтобы их было легко доставать

Обозначение временны́х рамок важно для того, чтобы ребенок, придя домой, возвращал на место то, что он брал с собой. Скажите ему, что он оставил в прихожей свою сумку, и он сам догадается ее убрать. Вам достаточно просто констатировать факт, например: «На стуле лежит контейнер для еды». Не нужно говорить «убери»: ребенок все поймет и так. Но все же обозначения временны́х рамок недостаточно.

Выше я уже говорила, что вещи легко убирать без лишних размышлений, если у них есть свое место. Точно так же и с удобством: если вещь лежит так, что ее легко достать и убрать, вам будет просто ею пользоваться.

Давайте подумаем, удобно ли хранить куртку, которую вы носите каждый день, в шкафу в спальне, если спальня на втором этаже, а прихожая, ванная и гостиная – на первом? Придя домой, вы снимете куртку перед тем, как помыть руки, и бросите ее куда-нибудь на диван в гостиной. Может быть, вы унесете ее на второй этаж только перед сном или вообще оставите внизу, ведь все равно завтра опять одеваться.

Если бы вешалка для верхней одежды была где-то между прихожей и ванной, вы бы смогли сразу повесить куртку и пойти мыть руки.

У моих знакомых в прихожей стоят три коробки для троих детей, чтобы каждый из них мог после школы сложить туда свои вещи. Но их мама жалуется, что убирать в итоге приходится родителям. Умение заставить ребенка делать то, что нужно, служит показателем, насколько хорошо родитель справляется со своей ролью.

Другой пример: допустим, ваш ребенок ходит в кружок рисования. Что будет, если вы сделаете местом для хранения

красок верхнюю полку книжного шкафа? Наверняка ребенку будет лень каждый раз залезать на стул, поэтому краски останутся валяться на полу всю неделю.

Если так происходит, значит, следует серьезнее отнестись к определению места для вещи. То, чем вы пользуетесь крайне редко, от силы один-два раза в год, можно размещать на верхних полках. Для вещей, которые нужны часто (каждый день, раз в неделю и т. д.), старайтесь выбрать место, до которого легко достать, не вставая на стул и не садясь на корточки. Кроме того, детям бывает неохота постоянно открывать коробки и неудобно каждый раз уплотнять их содержимое, если они набиты.

Когда приносишь домой что-то новое, нужно выбрать, где это хранить. Пока место не определено, остается большой соблазн положить новую вещь «где-нибудь тут».

Почему у ребенка не получается убрать или выбросить то, что он принес домой? Ведь если определено место для хранения, остается просто положить вещь куда следует. Поводов для этого может быть много, но причина – в банальной лени.

Чтобы приучить ребенка убирать то, что он приносит домой, помимо четырех описанных пунктов, можно придумать и запреты.

5. Составляем правила

Правила – это чаще всего запреты.

Мы устанавливаем их, следуя такому принципу: «независимо от того, как делают другие, независимо от твоих желаний в нашем доме это не разрешается – таково правило». Точно так же, как места хранения вещей и их количество не универсальны для всех семей и детей, а определяются индивидуально, правила, которым вы будете следовать, тоже устанавливаете вы сами. Супруги могут придумывать их, основываясь на своих взглядах и ценностях.

Хотя это немного другая тема, но я считаю, что в семье очень важно иметь правила. Например: перед едой ждать, пока все соберутся за столом; во время еды не смотреть телевизор; отвечать, когда тебя зовут; говорить «доброе утро» по утрам.

Если мама и папа решили, что нужно делать так-то и так-то, это уже достаточное основание для существования этих правил. Следуйте им сами и побуждайте детей их соблюдать, даже если они сопротивляются, – это поможет вам жить в согласии друг с другом.

Что касается наведения порядка, я рекомендую взять на заметку следующие два правила.

Правило 1. Не оставлять свои вещи на общей территории

В доме всем пользуешься не только ты, но и остальные, то есть он делится на личное и общее пространство.

Прихожая, коридор, ванная, туалет, гостиная и т. п. – это места для всех. Дом становится комфортным для всех его обитателей, когда в нем следят за состоянием общей территории. В большинстве семей за это отвечает мама. Она каждый день ставит обувь в шкафчик, делает уборку в туалете и разносит по комнатам вещи, которые вся семья оставляет в гостиной. Если это всех устраивает – пусть так и будет. Но я убеждена, что семье приятнее проводить время на общей территории, да и дом становится комфортнее, когда каждый заботится о его состоянии.

Лучше привить ребенку это умение, пока он еще не вырос. Когда он оставляет свои вещи в прихожей, гостиной или где-нибудь еще, скажите ему: «Если ты не уберешь свои вещи из прихожей, они будут всем мешать» или «Отнеси свои вещи из гостиной в свою комнату».

Следует объяснить ребенку, что нужно не переложить вещи из одного общего места в другое, а убрать их.

Правило 2. Не класть вещи на любую поверхность

Шкафчик для обуви, пол, стол, шкаф, стиральная машинка… Любая свободная поверхность почти всегда сразу заполняется какими-то вещами. Следуя правилу «не класть вещь на что-то», вы обнаружите, что проще убрать ее на место, чем искать, куда бы ее переложить.

Привычная картина – когда на полу детской постоянно разбросаны игрушки. Во многих домах это считается нормой.

Постарайтесь внушить ребенку, что родители могут в любой момент выбросить валяющиеся игрушки без предупреждения и в этом он будет виноват сам. Тогда вам достаточно просто сказать: «Посмотри на пол» – и ребенок приступает к наведению порядка. Вопрос лишь в том, насколько он верит родителям.

Родители должны обязательно делать все, о чем они говорят и что обещают, даже если это не связано с правилами.

Наверняка многие из нас грозятся выбросить игрушки, но кто действительно их выбрасывает? Я из тех, кто к этому не готов, поэтому я постепенно отказалась от такой угрозы. Я решила, что лучше придумать что-то другое, чем стать мальчиком-пастушком, кричавшим «Волки, волки!». Дети достаточно умны, чтобы различать, когда родители говорят всерьез, а когда за их словами ничего не стоит.

После слов отца «а ну-ка приберись» мой сын сразу приступает к уборке, потому что он чувствует, что папа злится. Но вот мое «может, приберешься?» на него никак не действует. Он наверняка замечает, что в глубине души я хочу ему помочь или мне его жаль.

Родителям полезно показать ребенку, что они настроены серьезно. Если вы предупредили, что выбросите игрушки, – выбрасывайте. Если велели ребенку прибраться прямо сейчас – не давайте ему смотреть телевизор (ложиться спать/садиться за стол…), пока он не закончит уборку.

С 10 лет ребенок уже может быть самостоятельным

До сих пор в книге шла речь о детях вообще, без упоминания возраста. Но ведь трехлетний ребенок, разумеется, сильно отличается от восьмилетнего. Родителям бывает сложно определить, когда начинать поручать ребенку наводить порядок самостоятельно и с какого момента перестать вмешиваться в процесс.

Я думаю, нужно ориентироваться на этапы 3, 6 и 10 лет. Я пришла к этому, наблюдая за собственными детьми и племянниками, за их друзьями и опираясь на собственные детские воспоминания. В 3 года ребенок уже может пойти в садик по трехлетней программе[1], 6 лет – это возраст перед поступлением в начальную школу, в 10 лет он все еще в начальной школе, но уже начинает ходить в различные секции, может стать старостой класса – то есть это период становления его «я».

Учитывая все вышеназванное, такое разделение на этапы более или менее резонно.

До 3 лет: родители решают, ребенок принимает участие

Пока ребенку не исполнилось трех лет, родители могут наводить порядок, самостоятельно принимая решения. Но не допускайте, чтобы ребенок оставался наблюдателем. Скажите ему: «Давай приберемся!» – и приступайте к уборке вместе.

Даже если на деле 90 % работы вы будете выполнять сами, остальные 10 % дайте сделать ребенку. Есть задачи, которые под силу даже малышам под вашим руководством: «книжку поставь вот сюда», «зайчика убери в коробку» и т. д. По ходу дела ребенок начинает понимать, что есть определенные принципы, которым нужно следовать, когда наводишь порядок. Например, книги надо класть туда-то (**определенное место**), а ненужные мягкие игрушки – достать из коробки и выбросить (**установленное количество**).

Когда вы закончите работу, ребенок, слушая ваши восхищенные реплики, что стало чисто и у вас обоих так здорово все получилось, поймет: в убранной комнате приятно находиться. Когда в ней наводят порядок – это приносит радость.

От 3 до 6 лет: родители учат ребенка принимать решения

После трех лет ребенок начинает говорить, что сделает все сам, донимает всех вопросами «а почему?» и пытается сопротивляться родителям. Именно поэтому важно предоставлять ему как можно больше возможностей самому принимать решения. Я убеждена, что даже маленькие дети способны думать и выражать свои мысли словами.

Можно задавать ребенку вопросы: «Как ты думаешь, куда лучше положить книжки?», «Вот эту одежду ты еще будешь надевать? Мне кажется, она уже тебе мала, поэтому можно ее кому-нибудь отдать» и т. д. Сначала он будет отвечать вам, что не знает, и тогда вам нужно намекнуть ему на правильное решение: «Что, если сделать вот так?», «Мне кажется, лучше поступить так».

В итоге ребенок, несомненно, поймет, что не существует однозначно правильного ответа и очень важно, какое решение принимаешь ты сам.

Что касается времени уборки, то сначала родители подталкивают ребенка к тому, чтобы он навел порядок, указывая, что, допустим, в коробке для игрушек полный кавардак. Возможно, он сначала растеряется и не будет знать, что делать, или вроде бы возьмется за уборку, а сам увлечется и начнет играть. В этом случае маме стоит направлять действия ребенка, помогая ему.

Ребенок наверняка будет радоваться, что довел дело до конца и что мама похвалила его.

От 6 до 10 лет: позволяем ребенку принимать решение самому

В этом возрасте ребенок учится действовать по правилам, думать о других и т. д. Именно в это время человек начинает ощущать себя личностью и жить, опираясь на свои собственные решения, но в согласии с другими людьми.

Ребенок с 6 до 10 лет не то чтобы старается все сделать по-своему – скорее он учится действовать самостоятельно, основываясь на знаниях, которые дали ему родители.

Если в детской такой беспорядок, что невозможно терпеть, если нужно лучше продумать, где хранить вещи и сколько их должно быть, родители могут как бы между прочим намекнуть ребенку, что пора навести порядок, и дать пару советов. Этого достаточно. Если ребенок сам приходит к вам за советом, то, конечно, ему нужно помочь.

Многие родители перед школой выделяют ребенку свою комнату, стол, где он может учиться, и т. д. Об отдельной комнате я подробно пишу в четвертой главе, но, как бы то ни было, в этом возрасте дети очень чувствительны к «личному пространству». Они расставляют на полках любимых кукол, играют в своем уголке, тихонько говоря сами с собой…

Когда я училась в начальной школе, мне нравилось залезать под мамину швейную машинку и погружаться в выдуманную реальность. А еще я пряталась в шкаф в коридоре и в полумраке играла с куклами, строя свой мир. Я помню, как мне было неприятно, когда вдруг раздавался мамин голос, спускающий меня с небес на землю.

Прийти к осознанию своего «я» означает понять, что ты – отдельная личность. Поэтому давайте примем тот факт, что человек может распоряжаться личным пространством по своему усмотрению. Это не значит, что он может делать на своей территории абсолютно все, что ему вздумается. Поскольку это все-таки часть общего дома, ребенок не должен скрываться там от семьи или делать то, что причиняет другим неудобства.

Пока ребенку нет 10 лет, лучше, чтобы в его личное пространство был всегда открыт доступ родителям и они могли присматривать за ним, не вмешиваясь в его жизнь. Это будет хорошим решением для всех.

У свободы распоряжаться личным пространством по своему усмотрению есть обратная сторона – ответственность, обязанность следить за ним самому. Родители могут постепенно

перестать помогать ребенку наводить порядок, ограничиваясь только советами.

С 10 лет: ребенок становится самостоятельным

В этот период ребенок приближается к переходному возрасту и обретает самостоятельность. В семье уже устоялись свои правила, ребенок хорошо освоил навыки уборки и делает ее без помощи родителей.

О том, чтобы родители убирали детскую комнату и наводили там порядок, не может быть и речи. Ребенок должен сам класть грязную спортивную форму в корзину, снимать и относить в стирку грязное постельное белье, а когда мусорная корзина заполнится, вынимать оттуда пакет и выносить на помойку. Родители продолжают учить его самостоятельно справляться с подобными задачами.

Но, несмотря ни на что, перед нами еще ребенок. Он остается зависимым от взрослых и морально, и материально. Иногда ему нужно об этом напоминать. Например, если он захочет установить какие-то свои правила, родителям следует уверенно отстаивать свою позицию, объяснив, что главные в доме – папа и мама и поэтому нужно подчиняться их правилам. Важные решения тоже надо согласовывать с родителями, даже если выбор остается за ребенком.

Глава 1: резюме. Что нужно объяснить ребенку, чтобы ему было проще наводить порядок

1. Объяснить, куда убирать вещи.

2. Определить оптимальное количество вещей. Объяснить, что не нужно создавать новые места хранения и ставить новые коробки, но не стоит и бездумно выбрасывать вещи только потому, что они не помещаются.

3. Постоянно напоминать ребенку, что нужно возвращать вещи на место сразу после использования, чтобы у него сформировалась привычка.

4. Класть вещи на подходящие места и таким образом, чтобы их было легко доставать и убирать.

5. Родители могут устанавливать любые правила для своего дома, независимо от того, как принято у других, и эти правила следует неукоснительно выполнять.

Примечание. Опыт «пробной покупки»

Ниже я приведу рассказ писательницы Мукоды Кунико.

Когда Кунико была маленькой, в семье было принято раз в год покупать детям новую нарядную одежду, причем они могли выбрать ее сами.

Однажды внимание Кунико привлекло желтое платье, воздушное, с черной каймой. Оно понравилось бы любой девочке, и Кунико была от него без ума. Мама с папой предлагали купить что-то более традиционное, но девочка настаивала, что ей хочется именно это. Родители, следуя своему принципу, купили ей платье.

Но прошло совсем немного времени, и наряд, который девочка так настойчиво выпрашивала, ей надоел. К тому же отцу не нравилось платье; он говорил, что дочь в нем похожа на официантку, и перестал брать ее с собой на прогулки.

Кунико и сама больше не хотела носить платье, но, поскольку это была нарядная одежда на весь год, ей приходилось надевать его, когда она шла куда-то с семьей. Она хотела надеть что-нибудь другое, но родители не позволяли: «Ты же сама его выбрала».

Когда в следующем году пришло время обновлять наряд, Кумико вздохнула с облегчением и выбрала платье в классическом стиле, как советовали родители.

Эта история о том, как важно дать ребенку попробовать что-то самому и каким образом это можно сделать. Если бы одежду выбрали родители, девочка легко могла бы обвинить их в неудачном выборе и сказать, что наряд ей не нравится. Но за решение, которое ты принял сам, приходится и отвечать самому.

Кунико быстро поняла свою ошибку, но родители заставили ее носить платье целый год, потому что в семье так было заведено. Они не просто заявили о своей правоте, а дали девочке возможность ощутить все последствия ее решения.

Как же мудро поступили они, не пойдя на компромисс, не дав

Кунико надеть другую одежду и не предложив купить что-то взамен! Они заставили девочку нести ответственность за свой выбор, хотя она была еще маленькой.

Ребенок, который хоть раз окажется в подобной ситуации, научится полезным вещам – например, что можно сделать неправильный выбор, если руководствоваться первым впечатлением, или что порой нужно полагаться и на мнение окружающих, а не только на свое. Но если родители будут решать, что ребенку носить, у него никогда не сформируется свой стиль в одежде.

Важно, чтобы ребенок тренировался делать выбор, пусть даже сначала его решения будут неудачными. Важно также дать ему сполна почувствовать последствия принятых решений. Этому поздно учиться, когда ты уже взрослый. Накопление подобного опыта в детстве помогает правильно выбирать вещи, работу и стиль жизни и нести за это ответственность.

Глава 2
Вещи в детской комнате

Распределяем по «уголкам»

В этой главе мы подробнее поговорим о вещах в детской. Хочу сразу предупредить, что это моя личная методика и ее не стоит считать безоговорочной истиной. Я буду рада, если эти идеи пригодятся вам для выработки собственных методов, которые учитывают особенности вашего ребенка и вашего дома.

Прошу обратить внимание, что под словом «детская» я подразумеваю именно отдельную комнату. О том, как решать вопрос с личным пространством ребенка, я подробно пишу в четвертой главе.

Какие предметы есть в детской? Попробуем распределить их на группы.

Обычно это:

1. Вещи для учебы
2. Книги и журналы
3. Принадлежности для дополнительных занятий
4. Игрушки и все для развлечения
5. Одежда
6. Все для сна

Как правило, для каждой группы есть соответствующая мебель – около нее и организуйте тематические уголки. Так вещи одного типа будут сосредоточены в одном месте: предметы для учебы – здесь, одежда – там и т. д.

Некоторым людям постоянно приходится что-то искать, и их квартира быстро захламляется оттого, что вещи одного типа хранятся в разных местах. Для начала старайтесь класть похожие вещи вместе.

Сколько вещей нам необходимо и где их хранить

Какие вещи оказались в каждом «уголке»?

Предметы для учебы можно разделить на такие группы: учебники и справочники, тетради и бумага, письменные принадлежности, распечатки и раздаточные материалы, другое.

Для каждой группы определяем место хранения и оптимальный объем. Например: учебники и справочники будем ставить на книжную полку над столом в один ряд, тетради и бумагу класть в верхний ящик стола, распечатки и раздаточные материалы – в лоток на столе и т. д.

Распределяя вещи, не забывайте правило: их должно быть легко доставать и убирать. Когда будете разделять их на группы, обратите внимание, чтобы категории не были ни слишком узкими, ни слишком общими.

Вы должны легко ориентироваться, где лежат, допустим, тетради. Иначе будет непонятно, что куда класть, в конце концов вам станет все равно и вы просто будете засовывать вещи куда попало.

Если предметы поделены на слишком общие категории, то вы не сможете сразу найти необходимую вещь. Вам станет лень разбираться, и в итоге кругом будет беспорядок.

В каждом «уголке» должно быть максимум по 5–6 групп предметов, иначе вы запутаетесь.

Возможно, вам захочется разделить на мелкие группы «уголок» с игрушками и играми, но в этом делении не будет смысла, если вы не сможете его соблюдать. Разделите их примерно так: коробка мягких игрушек, корзинка с игрушками, которые ребенок «выловил» в автоматах или получил в подарок в магазине, выдвижная полочка с оригами, наклейками и другими бумажными вещами, выдвижная полочка с принадлежностями для творчества: красками, пластилином и т. д., коробка для остальных вещей. Потом подберите для каждой категории такую емкость, чтобы ее содержимое было сразу видно.

Когда моему ребенку исполнилось 5 лет, игрушек в коробке «все остальное» стало слишком много, и я поделила ее на две коробки: «все остальное, чем часто пользуешься» и «все остальное, чем редко пользуешься». Ребенку достаточно легко управляться с разделением на такие группы.

Какие емкости подготовить

Девушки, которые любят наводить порядок, знают, как лучше задействовать всякие корзинки и коробки. Им остается только позавидовать, но что делать нам – тем, кто не умеет ловко управляться с коробочками, корзиночками, файлами и прочим?

Давайте упростим себе задачу: во время уборки наша цель в том, чтобы все вещи лежали там, где они должны быть. Пусть все не разложено идеально по порядку – главное, чтобы это не мешало нам свободно пользоваться вещами.

Не стоит выбирать емкости, которые вам понравились, если они не подходят ребенку.

Например, коробка с крышкой неудобна, потому что не видно, что лежит внутри. Ребенку будет лень открывать ее, поэтому, вероятно, он будет складывать вещи прямо на крышку.

Если все распределить по пластиковым контейнерам в выдвижном ящике стола, куда мы определили бумагу, ребенку надоест каждый раз рассортировывать вещи на такие мелкие группы. Я думаю, достаточно просто решить, что бумага и прочая канцелярия лежит в ящике стола. Даже если там не будет идеального порядка, вы быстро найдете то, что нужно.

Если для хранения мягких игрушек вы приготовите большой контейнер, который трудно передвигать, то ребенок будет только вытаскивать оттуда игрушки, но на место их вернуть не сможет. Коробка опустеет, а игрушки он будет раскладывать по другим корзинкам или полкам.

Если вам хватит полок и выдвижных ящиков стола, чтобы убрать все вещи, лучше обойтись ими. Если полок и ящиков не хватает, приготовьте коробки без крышек или с крышками, которые легко открывать и закрывать, чтобы было легко бросать в них игрушки.

Как относиться к той или иной вещи

Ниже я расскажу о том, как относиться к той или иной конкретной вещи в детской комнате.

Игрушки: распределить на группы и следить, чтобы их количество не менялось

Пока ребенку еще нет 10 лет, по мере его взросления содержимое «уголка для игрушек» будет постепенно меняться. Нужно обновлять игрушки и одновременно следить, чтобы их количество практически не менялось.

Ребенку с самого начала нужны места для хранения одежды и игрушек. Пока ему не исполнится 3 года, вы можете обойтись коробками или шкафом в углу гостиной. Только не забудьте придумать правила и научить ребенка им следовать – например, объяснить ему, где граница пространства для игр или что вечером нужно собрать все в коробку.

После 3 лет у ребенка уже гораздо больше игрушек, поэтому под их хранение нужно приспособить отдельный шкаф – сделать там «уголок» для игрушек и следить за их количеством. Что касается распределения вещей на группы, лучше каждые несколько лет заново продумывать этот процесс. Нужно не просто создавать новые группы предметов и занимать ими все больше емкостей, а избавляться от старых ненужных игрушек и в освободившиеся коробки (ящики, полки и т. п.) класть новые.

Если ребенок уже не играет какими-то игрушками, но во что бы то ни стало хочет их оставить, положите их в коробки и уберите на чердак или в подвал. Но не забывайте про них, а позже (например, когда будете выделять ребенку отдельную комнату) снова спросите, что с этими игрушками делать.

Портфель или сумка для школы: их должно быть удобно убирать

Обычно дети утром берут сумку или портфель в школу, а вечером, придя домой, бросают их куда попало. Родителям часто приходится делать замечания за оставленные в прихожей или в гостиной рюкзаки.

Тут главный секрет в том, чтобы выбрать такое место, где ребенку будет удобно класть портфель, как только он вернется из

школы. Можно разместить стойку для портфелей в прихожей, но я рекомендую сделать вешалку около письменного стола. Тогда во время учебы ребенок сможет легко дотянуться до портфеля и снять/повесить его, не вставая со стула. Закончив делать уроки, он не бросит портфель на пол до следующего утра.

Портфель нужен ребенку каждый день, поэтому не стоит класть его в закрывающийся шкаф, под стол или еще куда-нибудь, откуда его трудно достать. Из-за любой мелочи, будь то слишком маленький крючок или необходимость вешать двумя руками, ребенку может надоесть пользоваться вешалкой. Повесьте удобные крючки в подходящем месте, чтобы на них можно было повесить портфель даже одной рукой. Не уставайте повторять, что теперь место портфеля – именно здесь. Ребенок сам начнет вешать его на выбранное место, лишь бы родители не донимали его напоминаниями.

Контрольные и распечатки: определяем место хранения

Дети любят бросать их на стол, а иногда листы с контрольными отправляются в мусорное ведро, чтобы родители не видели оценок. Эти бумаги для детей – то же, что для нас ежедневно получаемые факсы и письма.

Нужно выбрать, куда размещать то, что планируется показать родителям. Например, можно вешать бумаги на холодильник или класть в специальную коробку на кухне (подойдет любая коробка из-под сладостей).

Родителям нужно постепенно выбрасывать из нее то, что уже неактуально и с чем они ознакомились. Какую-то информацию можно просто переписать в календарь и выкинуть листочек, чтобы коробка оставалась практически пустой.

Выделите один ящик стола для контрольных и прочих распечаток, чтобы складывать их туда без разбору. Даже если их никак не рассортировывать (например, по файлам), все равно ребенок точно будет знать, что они лежат в ящике, и в нужный момент ему останется просто поискать их.

Когда ящик стола заполнится, вместе с ребенком распределите бумаги на те, что нужно оставить, и те, которые можно выбросить. Сразу же положите в специальную коробочку первые и избавьтесь от вторых.

До поступления ребенка в младшую школу разбираться с различными печатными материалами лучше родителям. В некоторых яслях и детских садах воспитатели сразу отдают распечатки взрослым. В любом случае родителям стоит каждый

день проверять портфель, с которым ребенок ходит в садик.

Спортивная форма, сменная обувь, контейнер для еды: организуйте место, куда удобно их убирать

Все эти вещи дети обычно бросают куда попало, приходя из школы. Иногда родители прибегают к такой воспитательной мере: не трогают вещи, которые ребенок сам не отнес в стирку, и одежда остается грязной. Но я вспоминаю свое детство, и этот способ не кажется мне удачным. Я понимаю, что дети должны отдавать родителям грязную форму (сменку, контейнер для еды…), но они часто откладывают это на потом, забывают, а вспоминают уже утром следующего дня или с утра в понедельник. Мне кажется, единственный действенный метод – организовать место для грязных вещей по дороге из прихожей в детскую, чтобы ребенок мог на ходу кидать туда грязную одежду и прочее. Конечно, неприятно будет, если вы разместите корзину в прихожей и гости увидят ее, поэтому хорошенько все продумайте. Если по дороге из прихожей в детскую расположена ванная, поставьте корзину перед ней в коридоре, а если гостиная – то где-нибудь в ее дальнем углу.

Да, размещать такую корзину в гостиной или коридоре не самая лучшая идея. Но если ребенок до 10 лет привыкнет убирать грязные вещи в отведенное для этого место, то позже ему будет легко перестроиться и относить их в ванную или стиральную машинку.

А что делать с детьми, которые даже в таких условиях не кладут вещи куда нужно? Мама может в конце концов разозлиться, пойти в детскую и достать все из портфеля, но это не решит проблему. С помощью замечаний и указаний старайтесь добиться того, чтобы ребенок сам отдавал все вам. Напоминайте ему: «Где твоя форма?», «Ты не принес контейнер для еды» и т. д.

Как я уже упоминала в эпизоде с рюкзаком, дети наверняка предпочтут делать все самостоятельно, чтобы не слышать постоянных упреков родителей.

Сумки для секций и дополнительных занятий: позаботьтесь о том, чтобы их было легко доставать и убирать

Конечно, можно оставлять их в прихожей, но если держать там все, что вы носите с собой, она будет завалена вещами. Ребенок ходит в секции и на дополнительные занятия не каждый день, и эти сумки стоит разместить так, чтобы они не мешали.

Захотите хранить их в детской – сделайте специальные крючки недалеко от места, где обычно лежит портфель, или организуйте специальную полочку. Таким образом, все портфели и сумки окажутся в одной зоне. Не забывайте, что ребенку должно быть удобно брать их и класть на место.

Разумеется, все можно хранить в детской комнате, но лучше класть вещи туда, где их обычно используют. Например, сумку для занятий фортепиано – около инструмента. Если ее придется приносить из детской каждый раз, когда нужно поиграть, в итоге она все равно будет оставаться около фортепиано. Поэтому заранее сделайте там специальное место для сумки.

Сумку с принадлежностями для плавания можно класть в ванную: все равно эти вещи приходится относить туда для стирки.

Всегда представляйте себе, что и как будет делать ребенок, и вы поймете, как обеспечить ему легкий доступ к вещам.

Поделки из школы: выбрасываем, чтобы контролировать количество

Обычно сами дети относятся к своим поделкам не так трепетно, как их родители. Особенно сильно мы восхищаемся,

когда ребенок еще маленький: «Надо же, что он уже умеет!» Результаты детских стараний хочется поставить на видное место. В итоге вся кухня или гостиная заставлена этими «шедеврами», ведь ребенок приносит их из школы один за другим.

Самый распространенный метод – выбрасывать поделки, оставляя только их фотографии на память. Но ведь немного жаль сразу избавляться от только что принесенных «произведений», правда?

То, что вы проживаете этот момент вместе с ребенком, восхищаясь его способностями и умениями, – проявление вашей любви к маленькому «творцу». Но ребенок вовсе не рассчитывает, что его работу будут вечно хранить, как настоящее произведение искусства. Он просто показывает вам то, что сделал, чтобы его заметили и похвалили.

Если среди работ будут особенно удачные, которыми гордится и сам маленький автор, например портрет родителей или что-то еще, украсьте ими помещение. То место, где вы их поставите, будет их «местом хранения», неважно, где оно находится – на кухне или около телевизора в гостиной.

Для большой картины хорошим решением будет сделать ее цветную копию меньшего размера и вставить в рамку. Когда вы в очередной раз пополняете «коллекцию» и замечаете, что места уже нет, выберите работы, от которых можно избавиться. Предложите ребенку выбросить самые старые из них, и он наверняка не будет против.

Решите, что можно выбросить, что – сохранить, а что – сфотографировать на память. Не храните все подряд и придерживайтесь правила выкидывать все поделки, кроме самых лучших.

Если каждый день любоваться работами ребенка и при каждом удобном случае напоминать ему, какой он молодец, наверняка он будет доволен и не пожалеет, что какие-то поделки выбросили.

То, что не хочется выкидывать, положите в специальную коробку для памятных вещей. Не допускайте, чтобы поделки валялись в комнате. Такую коробку можно убрать подальше, например на антресоли или под кровать в детской комнате.

Журнальные вкладыши, оригами, бисер и прочее: выбрасывать, ориентируясь на идеальное количество

Специальные открытки или другие вещицы из бумаги, винила или пластика часто прилагаются к журналам.

Маленькие дети любят что-нибудь складывать или вырезать

из бумаги. Так появляются недоделанные бумажные самолетики или неровно порезанные листы, которые потом валяются на полу. Девочки играют с бисером или пряжей, но и тут ничего путного не выходит, и в итоге материалы остаются разбросанными. А еще бывают бессмысленные «каляки-маляки», что-то непонятное из листьев и тому подобные «творения».

Нужно позволять ребенку создавать то, что ему нравится. Запрещать это делать, объясняя, что потом будет трудно прибираться, значит не признавать его творческие способности. Позвольте ему сколько угодно фантазировать и сами получайте удовольствие от наблюдения за процессом, а если это не очень получается – не переживайте.

И, конечно, выделите место, куда вы будете складывать все эти «произведения» без разбору, пока не думая о том, что надо что-то выбросить. Приготовьте коробку или банку, в которой поделки смогут храниться от двух недель до месяца, в зависимости от их размеров. Я, например, складываю оригами в большую железную банку из-под печенья и ставлю ее в «уголок» для игрушек.

Когда коробка наполнится, высыпьте все ее содержимое. Скажите ребенку, что он может выбросить и оставить что хочет. Как правило, выбрасывается практически все.

Обычно детей захватывает сам процесс, который со временем забывается, так что у них нет особой привязанности к старым поделкам. И это естественно, ведь ребенок растет день ото дня.

Отчеты об успеваемости и награды: определяем правила

Поскольку у каждого свои взгляды, вы можете взять на вооружение это правило или отказаться от него.

Если ребенок активно занимается каким-либо видом спорта, наверняка в комнате выставлены его призы и награды. Их тоже желательно время от времени менять. То, что хочется сохранить, можно положить в коробку с памятными вещами. Лучше дать ребенку сделать это самому.

Избавляться от наград, конечно же, следует не сразу, ведь ребенок вложил столько стараний, чтобы их получить. Правильнее, например, хранить награды весь год, а выкидывать во время генеральной уборки перед Новым годом. Другой вариант – поставить их на полочку, пусть они там постоят какое-то время, а после этого вы их снимете и выбросите. Мы с семьей при любой возможности разводим костры с осени по весну и сжигаем вещи, от которых пора избавиться, хоть они нам и

дороги. Мы сжигаем поделки и некоторые фотографии, и благодаря этому я чувствую, что мы внимательно и бережно относимся к вещам.

Школьная форма и пиджаки: определить для них место

Школьная форма, как и рюкзак, нужна каждый день. Повесьте для нее отдельную вешалку-плечики в детской комнате на стене или где-нибудь еще. После одного дня носки одежда уже не совсем свежая: она впитала в себя пот, собрала пыль. Если убрать ее в шкаф, это не очень хорошо скажется на чистых вещах, которые там висят. Найдите удобную вешалку, чтобы можно было, сняв форму, сразу ее повесить и она бы немного проветрилась. Пускай эта вешалка будет предназначена только для школьной формы.

В некоторых семьях школьная форма висит в гостиной. Скорее всего, это получается само собой. Но она должна храниться в детской комнате – это такое же правило, как то, что папин костюм находится в спальне. Нельзя допускать, чтобы одежда всех членов семьи валялась в гостиной.

Кроме того, я рекомендую организовать в прихожей или в коридоре специальное место для шапок и курток, если они тоже то и дело «застревают» в гостиной. Куртку и шапку ребенок надевает в последнюю очередь перед выходом на улицу, а приходя домой – снимает раньше, чем школьную форму. Поэтому верхнюю одежду он часто бросает куда-нибудь не задумываясь.

Во многих японских домах прихожие очень маленькие – при проектировании внимание уделяется расширению жилого пространства, а прихожие, туалеты, ванные делают поменьше.

Но я считаю, что дом должен быть комфортным не только для проживания, но и для использования вещей. Поэтому простор нужен и в жилых помещениях, и в тех, которыми люди пользуются ежедневно: прихожая, ванная, туалет, кухня, гардероб и т. д.

Если у вас в прихожей достаточно места, обязательно продумайте, как разместить там гардероб. Когда вся одежда висит на крючках, это выглядит не очень аккуратно. Наверняка простой, хорошо проветриваемый шкаф упростит вашу жизнь.

Одежда: распределить на группы и хранить в определенном количестве

Правильно обращаться с одеждой непросто даже взрослым. Если полностью доверить это дело ребенку, то, скорее всего, у него в шкафчиках все будет в полном беспорядке. Но именно потому, что обращение с одеждой – сложная задача, нужно научить этому ребенка.

Уже с 3 лет он может сам выбирать в ящике одежду, которую хочет надеть. Даже дети, которые с этим пока не справляются, способны разделить одежду на ту, что нравится и не нравится. Наверняка в этом возрасте ребенок уже умеет самостоятельно раздеваться.

В период с 3 до 6 лет стоит ему объяснить, что у каждой категории одежды – свое место. Покажите, где хранить рубашки, где – трусы и т. д. Когда вы будете складывать высохшие вещи после стирки, дайте ребенку, например, трусы и носки и попросите положить на место. Пусть складывать их он еще не умеет, но зато убрать уже может.

Научите ребенка самостоятельно распоряжаться своей одеждой в период от 6 до 10 лет. Родителям нужно иногда заглядывать в детские шкафы и предлагать избавиться от вещей, которые стали малы, чтобы ребенок понял, когда пора выбрасывать одежду.

Есть множество способов хранения одежды, но я считаю, что достаточно ее просто складывать (чтобы она не валялась скомканной) и класть в определенные места и в установленном количестве. Следует заполнять полочки или корзины не больше чем на 70 %. Если в шкафу просторно, то одежда не мнется и вам не приходится перерывать все содержимое в поисках нужной вещи.

Есть еще одна полезная привычка, которую можно привить ребенку с раннего возраста, – умение одеваться по сезону.

Сейчас повсюду есть кондиционеры, поэтому люди одеваются так, как им удобно. Зимой некоторые девушки ходят в блузках без рукавов, а летом можно встретить людей, которые ходят с подвернутыми длинными рукавами. Похоже, для моды не существует сезонов.

Но все же есть вещи, которые мы носим только летом, и есть те, что надеваем только зимой. Вместо того чтобы хранить в шкафу одежду на все сезоны одновременно, лучше зимой убирать

подальше легкие вещи, а летом – слишком теплые. Так в ваших шкафах и выдвижных ящиках не будет практически ничего лишнего.

Попробуйте с детства приучить ребенка, что одежду носят в соответствии с сезоном. Пусть он аккуратно сложит свой любимый свитер и уберет его, положив рядом средство от моли. Пусть девочка впервые после долгого перерыва достанет из шкафа любимое платье, предвкушая, как завтра наконец-то сможет его надеть. Подобный опыт учит ребенок бережно относиться к одежде.

Пижама: выбираем, куда ее класть

Я сделала отдельный пункт про пижаму, потому что, во-первых, многие спрашивают про нее, а во-вторых, это и моя головная боль. Дети часто бросают ее скомканной там, где сняли: в спальне, в гостиной, в ванной – где угодно. Иногда, проснувшись, они переодеваются, а пижаму кидают на кровать. Если вам это не нравится, скажите ребенку, чтобы он складывал пижаму хотя бы вдвое и клал ее на подушку, – я думаю, это решит проблему.

Если у вас не кровать, а футон, наверняка вы вместе с ребенком убираете его в осиирэ[2]. Хочется научить ребенка как минимум складывать футон не изнаночной стороной.

Когда у ребенка еще нет своей комнаты, он, проснувшись, сразу приходит в гостиную, переодевается там, и после этого ему лень убрать пижаму на кровать или в шкаф.

Давайте подумаем, какое место лучше всего подходит для переодевания после сна. Если ребенок и надевает, и снимает пижаму в гостиной, то организуйте в детском углу этой комнаты место, куда ее можно убрать. Если он снимает пижаму в гостиной, а надевает в ванной, можно найти для нее полочку или крючок в ванной. Вещи не будут валяться в беспорядке, если хранить их там, где вы их используете, как и в случае с сумками.

То, что получено по почте: выбрасываем и храним в определенном количестве

Ребенку обычно не приходит важных писем, которые нужно сохранять: счетов, уведомлений и прочих. Все, что он получает по почте, – письма от бабушек и дедушек, поздравительные открытки на день рождения или Новый год. Иногда только благодаря таким весточкам мы не забываем тех, кто нам их

присылает.

Взрослым я рекомендую сразу после прочтения избавляться от всего, кроме самого важного и того, что не хочется выбрасывать. Но для открыток и писем, которые получает ребенок, советую сделать временное хранилище. Это будет правильно по отношению к чувствам людей, написавшим эти письма.

Можно складывать послания в специальный мешочек или ящик стола и периодически проводить ревизию его содержимого. Не всегда факт хранения чьих-то писем показывает, что вам дорог их автор. Научите ребенка проверять коробку с письмами, например перед тем, как положить туда новую порцию новогодних открыток.

Те письма и открытки, к которым мы уже не будем возвращаться, можно выбросить, а те, что хочется оставить надолго, – переложить в коробку, где собраны вещи на память. Так вы освободите емкость для временного хранения почты.

На полу

Какое место в детской больше всего захламлено? Конечно, это пол. Любая поверхность кажется удобным местом для вещей, но дети особенно любят складывать все на пол.

Может быть, причина в том, что детская среда обитания расположена гораздо ниже, чем у взрослых. Детям больше нравится сидеть на полу, а не на стуле. Им привычнее смотреть не вверх-вниз, а по сторонам.

Дети раскладывают игрушки по полу, читают книги и складывают оригами, растянувшись на полу. Они занимают все больше горизонтального пространства, от детского уголка – на всю остальную комнату или из своей комнаты – в гостиную.

Я уже говорила об этом в главе о создании правил: нужно, чтобы родители и дети четко уяснили, что не класть вещи на пол – это принцип, которому нужно следовать всегда. Тогда поверхность пола не станет местом хранения.

Если ребенок усвоит это правило, то когда вы увидите на полу разбросанные вещи, достаточно будет просто сказать, чтобы он прибрался. Ребенку останется только положить вещи туда, где они должны быть.

Поверхность стола: не делайте из нее полку

Следующее самое захламленное место после пола – стол.

Дети моих знакомых порой быстро перемещают вещи с пола на стол, когда родители грозят все выкинуть. У меня дома тоже такое случается. Но это порочный круг.

Вспомните, как вы наводили порядок на своем или детском столе. Обычно на нем вперемешку лежат мусор и вещи, которые нетрудно убрать на место, не так ли?

Это происходит не из-за неправильной техники уборки. Все дело во времени. Вы думаете, что уберете как-нибудь потом, попозже, и не успеваете опомниться, как на столе возникает беспорядок. Просто в глубине души мы убеждены, что стол – это место, где можно оставить вещи, и ничего страшного не случится.

Только очень аккуратный ребенок способен самостоятельно решить, когда наводить порядок на столе, и соблюдать этот график. Приучите ребенка, пока он маленький, убирать стол, например, вечером или по выходным.

Родителям не составит труда внушить ребенку, что нормальное состояние стола – когда на нем нет ничего лишнего. Для этого нужно указывать ему, когда пора прибраться, и следить, чтобы он делал это регулярно.

Я уже упоминала, что распечатки нужно складывать в лоток на столе, а сейчас поговорим об этом подробнее.

Принцип, которому следовать проще всего, – вообще ничего не класть на стол. Пусть там останутся только необходимые вещи, которые никуда не уберешь (лампа, компьютер и т. д.). Остальное можно сложить в выдвижные ящики или на полки.

Есть такая удивительная закономерность: если где-то что-то уже лежит, человек будет класть туда все новые и новые предметы. Если в придорожных кустах валяется мусор, то люди не задумываясь бросают туда же на траву фантики от жвачки или еще что-то. Там, где чисто, редко мусорят.

Стоит оставить на обеденном столе баночку с приправами, как рядом с ней появляются лекарства, бумажки, газета и т. д.

Поэтому постарайтесь держать на детском столе только лампу и подставку для ручек. Учебники и справочники лучше поставить на отдельную полочку или на ближайшую книжную полку. И конечно, обязательное условие – чтобы эти материалы было легко доставать и убирать на место.

Фигурки на полках: выставляйте их разумно

Многие дети ставят у себя в комнате на полочках игрушки, пойманные в автоматах, фигурки, продающиеся вместе со сладостями, машинки, модельки и т. д. В более традиционных

домах это красивые камушки, стеклышки с пляжа, коллекция пустых панцирей жуков и т. п.

Ребенок начинает выставлять свои любимые вещи примерно в возрасте 4–5 лет. Он пытается разместить на виду как можно больше трофеев, в итоге на полках не остается свободного пространства, а между выставленными вещами скапливается пыль. Наводить чистоту в таких условиях сложно, и чаще всего родители этого не делают.

Я не настаиваю на том, что комната обязательно должна выглядеть идеально и в ней не может быть ничего лишнего. Если хозяину приятно там находиться, если с точки зрения гигиены тоже все в порядке, то не все ли равно, много в комнате вещей или мало, в порядке они лежат или нет.

Похоже, детям комфортнее, если в комнате не пусто, а вещи расположены немного небрежно. Приятно сидеть в окружении любимых предметов, смотреть на них и наслаждаться. Из таких мелочей и рождается самосознание ребенка. Поэтому, если ребенок начинает выставлять на полки свои любимые игрушки, подскажите ему, как делать это правильно.

Первое, что нужно объяснить: нельзя ставить вещи всюду, куда можешь дотянуться. В дизайне интерьеров пространство становится сбалансированным за счет того, что где-то делается акцент, а где-то место оставляют свободным. Определите одно или максимум два уголка, куда можно ставить фигурки. Это может быть, например, полка шкафа, подоконник или стереосистема.

Когда выставленных вещей становится слишком много и они стоят вперемешку, возьмите коробочки или банки и рассортируйте игрушки. То, что можно снять с полок, положите в банку. Если, допустим, ребенок хочет вместо фигурок диснеевских персонажей поставить мягкие игрушки, уберите диснеевские фигурки в отдельную коробочку. На коробках напишите маркером, что в них лежит, и отнесите в «уголок» для игрушек.

Глава 2: резюме. Что делать с вещами в детской

1. Если распределить предметы по «уголкам» и рассортировать их, то наводить порядок будет легко

2. Определить места хранения и оптимальное количество

3. Подготовить емкости для удобного хранения

Примечание. Время для уборки: приступать прямо сейчас или «после того как…»

Родители должны указывать ребенку, что пора приступать к уборке. Вопрос в том, когда лучше требовать начать прибираться: сию минуту или позже.

Довольно мало таких образцовых детей, которые начинают уборку по первому слову родителей. В основном они пытаются отложить это занятие: «потом», «можно после того, как передача закончится?», «перед сном приберусь» и т. д.

На самом деле очень важно, чтобы ребенок приступал к уборке, как только его об этом попросят. Воспитать человека, способного мгновенно реагировать и действовать, – это нормально.

Один деятель искусства рассказывал, как одного из учеников выгнали из команды. Почему?

Как-то раз у этого ученика был перерыв, и в это время учитель подозвал его к себе. Но ученик взял очередную сигарету, выкурил ее, окурок положил в пепельницу и только после этого встал и подошел к наставнику.

Он сделал это за считаные секунды, но учителю этот поступок показал, что юный артист слишком снисходителен к себе. Такой человек не будет посвящать себя искусству без остатка. И тогда учитель выгнал его со словами: «Уходи! Ты не добьешься успеха».

Отвечать нужно сразу, когда тебя позвали, если кому-то от тебя что-то нужно. Даже если это не родитель и не начальник, такое поведение соответствует приличиям и показывает отношение человека к происходящему вокруг.

Ребенка следует научить этому (возможно, даже принудительно), а если он перечит и придумывает отговорки, чтобы оставить дела на потом, – нужно с ним поговорить строго.

Конечно, детям тяжело делать что-либо «прямо сейчас». Расширяйте границы этого «сейчас» в зависимости от

обстоятельств.

Если вы заметили беспорядок в тот момент, когда ребенок ест, скажите ему, чтобы он прибрался сразу после еды. Если мама велела почистить зубы, а отец тут же после этого поручил навести порядок в комнате, то разрешите ребенку сначала почистить зубы, а потом уже приступить к уборке.

Кроме того, я считаю (хотя многие со мной не согласятся), что, если ребенок читает, смотрит видео или наблюдает за животными или насекомыми, лучше не просить его сделать что-то немедленно.

У него должно быть время на свои занятия, и время для него течет по-своему.

Когда ребенок с головой погружен в какое-то дело, не стоит прерывать его, даже если вы вдруг обнаружили где-то беспорядок.

Способность детей сосредоточиваться на чем-либо очень важна. В детстве, читая книги, я как будто попадала в иное измерение. Помню это неприятное чувство, когда мама зовет тебя и ты с трудом возвращаешься в реальность.

Если ребенок находится в каком-то своем мире, в своем времени, просьбы что-то срочно сделать лучше оставить на потом. Не отвлекайте его, дайте ему полностью погрузиться в то, что он делает. Если родители внимательны к своему ребенку, они обязательно заметят, когда у него наступает такое состояние.

Заметка. Уборка вместе с друзьями. Когда к вам в гости приходят другие дети

Многих мам беспокоит вопрос: когда нужно просить детей навести порядок, если ребенок привел в гости своих друзей? Чаще всего такие сложности возникают в период от 3 до 6 лет.

Взрослые считают, что раз все играли вместе, то и убрать за собой надо всем. К тому же другие родители тоже переживают за то, как ведет себя их ребенок в гостях. Но правило «вместе наводить порядок перед уходом» работает плохо. Дети могут играть до самого вечера, а потом устать и заснуть. Не станешь ведь ради уборки будить ребенка, который уже спит на руках у мамы. А бывает так, что маленький гость, живущий неподалеку, уходит домой пообедать или что-то взять и больше не возвращается.

Но и ваш ребенок будет недоволен, если вы заставите его убирать за всех. Он возражает вам: «Но это же N разложила!», и его непонимание естественно. А если вы проигнорируете эти возражения, то не исключено, что в следующий раз, когда он сам придет к кому-то домой, он решит, что в гостях убирать за собой

не нужно. Другие дети тоже будут думать, что у вас дома им не обязательно наводить порядок, и это большая проблема.

Многое зависит от обстоятельств. Но все же постарайтесь иногда заглядывать в детскую и, если там уже сильный беспорядок, скажите детям, чтобы они ненадолго прервали игру и прибрались. Или попросите их убрать игрушки во время «перерыва», то есть в тот момент, когда они собираются начать следующую игру или пойти на улицу. Пусть вас считают слишком строгой. Ваше замечание будет означать, что вы серьезно относитесь к воспитанию детей, не важно, свои они или чужие.

Если кто-то из детей продолжает играть, пока все наводят порядок, скажите ему, чтобы он тоже прибирался вместе со всеми. Мотивировать это надо не тем, что все равны или что нужно помогать друг другу, а тем, что сейчас – время уборки, а во время уборки играть нехорошо.

Обстоятельства всегда складываются по-разному. Возможно, вы не будете каждый раз заставлять детей вместе убирать игрушки. Иногда можно поручить это своему ребенку, когда все разойдутся по домам. Напомните ему, что он тоже играл, поэтому

может навести порядок.

Глава 3
Уборка в повседневной жизни

Жизнь в семье

В первых двух главах я писала только о детской комнате и детских вещах. В этой главе речь пойдет об уборке с точки зрения жизни в семье и в общем доме. Как я уже говорила, важно, чтобы ребенок вырос с умением уживаться с другими людьми.

Если ты живешь в семье, мало содержать в порядке только свои вещи. Да и во всем остальном, что не касается уборки, приходится думать не только о себе.

Во многих семьях принято, что все домашние дела, начиная с уборки, делает женщина, а муж неохотно (и только после того, как жена напомнит) убирает свои вещи. Но эти семьи следуют стереотипам прошлого, когда считалось, что мужчина должен работать, а женщина – заниматься домом или что мужчина состоялся, когда купил дом, а женщина – когда родила ребенка.

Обычно мужчина и женщина начинают жить вдвоем, потому что хотят быть вместе. Когда у них рождается ребенок, он постигает радость жизни в семье.

Люди не смогут познать счастье совместной жизни, если будут просто находиться под одной крышей, официально считаться семьей, но вести себя так, как каждому из них вздумается.

Я думаю, что счастье быть рядом с другим человеком и оставаться с ним самим собой рождается из добрых отношений.

Счастье рождается тогда, когда есть тот, с кем можно вместе ужинать, разговаривать, когда кто-то ждет тебя дома и по вечерам можно отдохнуть вместе с родным человеком, который тебя ценит и которого ты, конечно же, тоже ценишь.

Отношения с близкими подразумевают под собой не только обмен впечатлениями о каждом прожитом дне, признания в любви и совместные путешествия. Помимо этого, важно, чтобы мы заботились не только о себе, но и о родном человеке, делали что-то для него, были вместе с ним и т. д.

Повседневная жизнь – это поток

Рассмотрим в качестве примера еду. Перед тем как что-нибудь приготовить, мы идем в магазин за продуктами и решаем, какое сегодня будет меню. Хозяйка ориентируется не только на свои желания, но и на общие потребности. Например, она старается не выбирать трудноперевариваемую пищу, если муж пришел уставшим с работы; она не будет делать на ужин рис карри, если ребенок ел его на обед в школе, и т. д. Если готовит муж, он тоже учитывает пристрастия жены: например она любит помидоры, и он покупает их для нее.

Когда вы ходите в магазин с ребенком или всей семьей, вы советуетесь и решаете, что сегодня будет на обед или на ужин.

Потом наступает время готовки. Пока мама занята приготовлением блюда, ребенок накрывает на стол, отец следит за водой в ванной[3] и т. д. За ужином все разговаривают: хвалят блюдо, обсуждают, у кого что произошло за день… Когда ужин закончен – все нужно убрать. Если в семье принято, что моет посуду отец, то ребенок может отнести ее в раковину, а мама в это время успеет снять с сушилки белье или сделать еще что-нибудь полезное по дому.

Люди испытывают радость от жизни друг с другом, когда каждый делает все, что в его силах, и может рассчитывать на помощь остальных.

Вы можете удивиться, зачем я так долго расписываю очевидные вещи.

Я просто хочу показать, что повседневная жизнь – это не отдельные эпизоды («поел», «помылся»…), а непрерывная цепь событий. Главное для семьи – быть вместе не во время отдельных эпизодов, а в этом непрерывном потоке.

Посильные и непосильные вещи

Делать все, что в твоих силах, и рассчитывать на помощь в том, с чем не можешь справиться сам, – это принцип, на котором держится семья, но он лежит и в основе любой деятельности, для которой люди объединяются в группы. На нем строятся даже такие крупные сообщества, как район, школа, работа, страна.

Человек вовсе не всесильное существо. Он живет с иллюзией, что может сделать все, если приложит достаточно усилий. Но это не так: иногда нам что-то не под силу по личным причинам, иногда – из-за условий.

Вот несколько самых обычных примеров из жизни. Вы не можете встретить курьера, потому что вы в отъезде. Если вы небольшого роста, вам придется подставить стул, чтобы достать то, что лежит высоко. Ребенку не поднять двадцатикилограммовый чемодан. Лежачий больной не может работать.

Если говорить о способностях, то есть люди, которые хотели бы вкусно готовить, но у них это не получается; есть неуклюжие люди, которые пытаются что-нибудь смастерить, но в итоге только все ломают; есть те, кто хотел бы сделать выгодную инвестицию, но не понимает устройства финансового рынка.

Сколько бы человек ни оттачивал свое мастерство в каких-то областях, всегда останется то, чего он не умеет. Наверняка именно поэтому люди когда-то стали объединяться в сообщества и помогать друг другу, организовывая все так, чтобы каждому было удобно.

Очень важно, чтобы каждый осознавал, что ему по силам, а что – нет. С этой точки зрения воспитывать ребенка, только защищая его, недостаточно. Как минимум надо поручать ему делать то, что он может, и помогать ему с тем, что ему трудно. И наоборот, если сами родители не могут что-то сделать, это можно поручить ребенку. Согласитесь, очень здорово, когда люди, живущие вместе, помогают друг другу, делая это добровольно, а не из-под палки. Тогда родители смогут уверенно отправлять ребенка во взрослую жизнь, не беспокоясь за то, частью какого сообщества он станет и как будет взаимодействовать с людьми.

Так же важно в повседневном течении семейной жизни поручать ребенку часть домашних дел, с которыми он может справиться. В числе посильных для него задач – уборка. Нужно, чтобы и муж выполнял часть работы по дому, – например, пусть папа подключится, когда ребенок будет выполнять свои поручения.

Как воспитать ребенка добрым и думающим об окружающих

Детям в современном обществе приходится нелегко. В наше время, когда кажется, что каждый стремится жить, как ему нравится, стараясь оградить себя от опасностей, на детей оказывается более серьезное давление, чем раньше.

Но наверняка все родители хотят вырастить ребенка, который с заботой относится к окружающим и не создает им проблем. Они мечтают, чтобы их дети сохранили свою индивидуальность и при этом хорошо уживались с другими. Я думаю, что семья может воспитать ребенка именно таким, независимо от того, каков мир вокруг.

Когда речь заходит о заботе об окружающих, в голове всплывают примеры благородных поступков: как человек уступает место пожилым людям в транспорте или защищает слабых. Но никто не начинает помогать другим ни с того ни с сего. Ребенок постепенно привыкает делать это в семье: например, он приносит из гостиной газету, если папа ее ищет, или после ванны проверяет, что оставил все за собой в чистоте и порядке, чтобы маме было приятно мыться. Когда ребенок научится не задумываясь делать такие незначительные вещи, он начнет вести себя достойно и в общественных местах.

То же относится и к стремлению не создавать проблем окружающим. Если ребенок не может, живя в семье, не расстраивать родных людей, то почему он будет делать это в обществе?

И еще кое-что. Я считаю, что способность думать о других и не доставлять им неприятностей основывается не на альтруистическом подходе и желании забыть о собственных нуждах, полностью посвятив себя другим. Оно строится прежде всего на стремлении к собственному счастью.

Такая позиция помогает естественным путем прийти к пониманию, что тебе самому выгоднее выстраивать правильные отношения с людьми, а не действовать эгоистично и что ты сам становишься счастливее, когда близкие люди счастливы.

Легко требовать от ребенка, чтобы он стал «хорошим» для родителей. Но важнее, чтобы он сам однажды заметил, как его переполняет чувство радости и удовольствия от того, что он навел чистоту: прибрался в гостиной – и всем приятно, помыл посуду – и мама порадовалась.

Определить домашние обязанности ребенка, когда ему исполнится 10 лет

Немного отклонюсь от темы и приведу результат одного исследования: согласно ему японские дети перестают помогать родителям по дому в 10 лет. Пока дети маленькие, родители заставляют их помогать, и это является частью воспитания. Но становясь постарше, они отлынивают от домашних дел, оправдываясь тем, что заняты учебой.

Я настаиваю, что с 10 лет надо позволять ребенку быть самостоятельным. Это означает не только жить, полагаясь на свои силы, но и выстраивать зрелые отношения с окружающими.

В рамках семьи нужно отвечать за себя и за определенную часть бытовых дел.

Если вы допускаете, что из-за учебы ребенок имеет право отказаться от работы по дому, это значит – вы смотрите на него свысока. Под вашей маской заботы скрывается непризнание его самостоятельным человеком.

Пока ребенку не исполнилось 10, можно постепенно закреплять за ним какие-то обязанности по дому. Это должно происходить естественно. Пусть это будут какие-то мелочи: сполоснуть ванну, полить цветы, отнести всю грязную посуду в раковину…

Я опять немного отойду от темы. Согласно исследованиям дети, чьи отцы занимались домашними делами, вырастая, выстраивают хорошие отношения в своей семье. А если отец не помогал по дому, то дети вырастают либо с выраженными сексистскими убеждениями, либо, наоборот, критически относятся к мужчинам. Наверное, идеальная семья – та, в которой родители поручают детям то, что им под силу, а сами папа и мама берутся за бытовые дела по мере возможности и по собственной воле.

Уборка в повседневной жизни

В потоке повседневной жизни уборка – это и завершающий этап, и способ поддержания комфортных условий, и подготовка к будущему использованию предмета. Имейте это в виду. Суть не в том, чтобы просто вернуть на место то, чем мы пользовались; это часть непрерывной цепочки ежедневных действий.

Уборка подразумевает соблюдение правил хранения вещей. Здесь я привожу минимальную, самую необходимую информацию об этом: нужные вещи класть в определенные места, в определенном количестве (иными словами, выбрасывать лишнее, нужное – класть на место, следить за количеством), вещи должно быть легко доставать и убирать. Это основные принципы, которым я следую. Остальное вы можете подобрать для себя сами, ориентируясь на свой образ жизни.

Тем, кто хочет побольше узнать не только об уборке, но и о способах хранения вещей, я рекомендую прочитать мою книгу «Новые способы хранения вещей от Тацуми Нагисы». Конечно, если вы следуете собственным правилам, это тоже хорошо, и не обязательно что-то менять. Главное, что вы справляетесь с задачей и легко поддерживаете этот порядок.

Убирать за собой после еды: обед не заканчивается словом «спасибо»

Обед может завершиться одной лишь благодарностью за вкусную еду только в кафе или ресторане. Дома обед или ужин – это процесс, состоящий из трех этапов: приготовить пищу на всех, вместе поесть, убрать за собой.

Пока ребенок еще мал, не страшно, если после еды он, сказав «спасибо», тут же куда-то убегает. Но после трех лет стоит понемногу приучать его помогать убирать со стола.

Поручить ребенку убирать со стола

Для начала попросите ребенка после еды относить свою тарелку в раковину. Так он привыкнет убирать грязную посуду, и потом это пригодится ему в детском саду и школе. Позже, улучив подходящий момент, скажите ему: «Я помою посуду, а ты отнеси все грязные тарелки в раковину» или «Папа помоет посуду, я вытру, а ты поставь на полки». Таким образом вы распределите обязанности по уборке на всех.

Конечно, существует стандартный подход: «сам приготовил – сам убери». Но он не позволяет по-взрослому взаимодействовать с окружающими. Гораздо продуктивнее найти баланс между своими и чужими возможностями. Например, вы знаете, что хорошо умеете складывать вещи, или понимаете, что какое-то дело получится быстрее, если распределить обязанности на всех. Или, допустим, вы не очень хорошо моете посуду, но зато можете красиво расставить ее по местам и т. д. Используйте это.

Готовить и наводить порядок одновременно

Приготовление пищи – отличный шанс научить ребенка основам работы по дому.

Когда за дело берутся опытные люди, к моменту выкладывания еды на тарелки кухня у них выглядит так же опрятно, как до начала готовки. Секрет в том, что эти люди наводят порядок по ходу дела.

Допустим, мы готовим плов по-китайски. Сначала режем лук и ветчину. Как только порезали – сразу моем нож и ставим его на место. Пересыпав нарезанные ингредиенты в миску, споласкиваем разделочную доску и убираем ее. Разогреваем сковородку, наливаем на нее масло и возвращаем бутылку с маслом на полку. Кладем на сковородку рис, лук и ветчину, и, пока они жарятся, у нас есть время быстренько помыть миску и

поставить ее сушиться.

После того как мы приправили блюдо и разложили его по тарелкам, самое время залить сковороду водой, пока жир не застыл и не прилип. Можно даже успеть сразу вымыть ее. Брызги масла, рассыпанную приправу быстренько вытираем тряпкой. Помытую посуду ставим на полки, когда она подсохнет.

Согласитесь, суть уборки – убирать вещи на место, как только вы их использовали, и стараться поддерживать помещение в порядке, насколько это возможно.

Детям очень нравятся некоторые моменты приготовления еды: они любят разбивать яйца, что-нибудь перемешивать, измельчать кунжут. Часто они требуют дать им тоже что-нибудь сделать, и мама соглашается (а куда деваться!), но по большей части ребенок только мешает. И все же не спешите ему отказывать: раз он сам вызвался, нужно позволить ему участвовать, дать почувствовать, что готовка – это здорово, и показать, как правильно наводить порядок.

Ребенок охотно вызывается готовить, но вот помогать в уборке совсем не жаждет. Поэтому если он хочет, например, взбить яйца, то попросите его после этого выбросить скорлупу и помыть миску. Если он просит дать ему налить в кастрюлю молоко (или бульон, или добавить овощи…), то объясните, что пакет молока нужно поставить обратно в холодильник, и т. д. Когда вы понемногу объясняете ребенку, что готовить и наводить порядок нужно одновременно, он естественным образом привыкает к этому.

Уборка в гостиной: общее пространство – не твое личное

Как я уже упоминала в первой главе, гостиная – это «общественное» место. Поскольку им пользуются все члены семьи, каждый из них должен заботиться о том, чтобы всем было комфортно там находиться.

В общественных местах вроде парков, различных организаций, библиотек, переговорных комнат существуют правила, которые все понимают и соблюдают: не оставлять личные вещи и мусор; все оборудование убирать на место и т. д.

Мы просим ребенка класть на место свои игрушки. Но почему в семье эти правила не соблюдаются для «общественного места»?

Разъяснение семейных правил

Наверняка такая простая задача, как вернуть вещь на место, игнорируется только потому, что человек не понимает правил нахождения в гостиной. Многие мамы часто жалуются, что им приходится по вечерам относить брошенные игрушки из гостиной в детскую, а документы и журналы – мужу на стол, и это повторяется каждый вечер. Значит ли это, что виноваты отец и ребенок, а мама – всего лишь жертва?

На самом деле обе стороны прикладывают недостаточно усилий. Каждому в семье следует осознать, что есть определенные правила поведения (не оставлять свои вещи в гостиной, класть на место то, что брал, и т. п.), и стараться их соблюдать. Возможно, мама гораздо быстрее справится со всем сама, но тогда ни у ребенка, ни у мужа не будет шансов взять на себя часть задач. Я думаю, родителям нужно научиться смело давать ребенку поручения.

Если вы придумаете правила, но будете только делать своим близким замечания вроде «убери сам» или «почему здесь постоянно остаются банки из-под пива?», ничего не изменится. Пока вы не объясните другим, что существуют правила, они об этом не догадаются. Вам нужно подробно рассказать членам семьи, каких действий вы от них ожидаете. Например: «можешь играть в гостиной, но вечером относи все игрушки к себе в комнату», «не оставляйте ничего на столе в гостиной», «если раздеваетесь в гостиной, вешайте одежду в шкаф» и т. д.

Если ребенок или муж вам возразят («Почему это я должен все игрушки вечером относить к себе?» или «Убирать вещи в

шкаф? До второго этажа еще дойти надо, это неудобно» и т. п.), то спросите, какие у них есть предложения на этот счет. Не нужно навязывать свое мнение, ищите решение, которое устроит всех.

Делать, даже когда не просят

Гостиная как общая территория отлично подходит для того, чтобы научить ребенка важному навыку – действовать даже тогда, когда тебя об этом не просили.

В уборке есть два главных принципа: следить за своими вещами и иметь определенный круг обязанностей в семье. Но если ограничиться только этими правилами, есть вероятность, что ребенок научится убираться только по принуждению или по указанию других. Иными словами, он будет ориентироваться только на чужие инструкции. Я думаю, вам хочется, чтобы он мог, оценив ситуацию, действовать самостоятельно – например, увидев лежащий на полу журнал, поднял бы его без подсказки.

Как добиться того, чтобы не нужно было говорить ребенку, что делать? Это сложный вопрос, и я не думаю, что существует какая-то единственно верная методика. Но дети, постоянно слушая то, что мама им говорит в разных ситуациях, начинают сами обращать внимание на нужные вещи.

Попросите ребенка захватить с собой вашу чашку, когда он понесет свою на кухню, допив молоко. Поблагодарите его за это. Если он откажется, скажите, что он вас очень выручит, прихватив вашу чашку, ведь он все равно идет на кухню.

Если ребенок жалуется, что выстиранные вещи на стуле мешают ему сесть, мягко предложите ему самому их сложить. Возможно, он возмутится и спросит, почему это вдруг он должен это делать. Объясните ему, что среди вещей есть и его одежда, а вы уберете белье в шкаф, когда он его сложит. Это будет распределением ответственности.

Ребенок может заявить, что ему не обязательно здесь сидеть, и убежит. Тогда можно упрекнуть его: «Разве только мама должна складывать постиранные вещи?» Объясняйте, что иногда можно сделать что-то для других, что действовать должен тот, кто первым заметил проблему. Будет очень хорошо, если в результате ребенок начнет делать что-либо без указаний и просьб со стороны. В любом случае стоит приучать его к этому подходу.

Этот способ работает только для родителей по отношению к детям. Папа или мама, идя на кухню, могут взять с собой детскую чашку, но если ребенок скажет: «Заодно и мою прихвати», то это повод сделать ему замечание.

Мне стыдно признаться, но однажды в детстве я сказала

маме, что «ради срочного дела и родителя потревожить не грех»[4]. Это очень разозлило ее, и именно тогда я поняла, что есть меры приличия, которые надо соблюдать в общении с родителями.

Оставлять ванную в чистоте: думать о том, кто придет туда за тобой

Ванная – это место, где мы смываем с себя всю грязь, поэтому достаточно любой мелочи, чтобы она стала неопрятной и негигиеничной. Волосы, оставшиеся тут и там, мокрое, размякшее мыло или шампунь с незакрытой крышкой…

Если не сказать ребенку, что надо оставлять все после себя в порядке, поскольку другие тоже придут в ванную, то он, скорее всего, даже не задумается о таких вещах.

Когда повсюду валяются твои волосы, ты не обращаешь на них внимания, и тебе все равно, где ты оставил вещь, которой пользовался. Но тем, кто придет мыться после тебя, это может не понравиться. Объясните ребенку, что нужно стараться оставить все так, чтобы следующему человеку было приятно находиться в ванной.

Быстро проверить все перед выходом

Выходя из ванны, нужно проверить, не плавает ли в ней какой-нибудь мусор. Покидая ванную комнату, следует окинуть ее взглядом, чтобы убедиться, что крышка шампуня закрыта, волосы нигде не валяются, а на полу нет мыльной пены.

Стулья и ковшик убираем на место. Если в ванной так много пара, что в ней сложно находиться, лучше включить вентиляцию.

Вот и все, что нужно сделать. Ребенок пяти-шести лет вполне с этим справится. Каждый раз, когда вы будете принимать ванну вслед за ним и замечать, что там не очень чисто, говорите ребенку об этом, пусть даже вам это надоедает.

Но излишняя придирчивость не пойдет на пользу ни вам, ни ребенку. Любой может случайно сделать что-то не так или где-то недоглядеть. Иногда самое мудрое решение – сделать вид, что вы не заметили оплошности.

Период воспитания – это особое время. Для того чтобы ребенок умел действовать без указаний лет с десяти, родителям придется потрудиться, пока он еще маленький, и много раз повторять одно и то же.

Уборка и порядок в ванной

Я уже писала, что уборка и наведение порядка – это не одно и то же. Сделать уборку или навести порядок в ванной – тоже

разные вещи, ведь цели у этих действий разные. Я не буду подробно касаться способов уборки, хотя существуют специальные методы борьбы с плесенью и накипью.

Можно добавить еще несколько действий к приведению ванной в порядок. Если последний, кто мылся, будет слегка споласкивать стены и пол прохладной водой (защита от плесени), а гель для душа, шампунь и мочалку класть на место, то уборка в ванной станет проще.

Умывальная – место, которое используется постоянно

Умывальная и ванная очень похожи по назначению, но первой мы пользуемся намного чаще. К тому же там обычно лежат расчески, бритвы, зубная паста, щетки и прочее. Мы бываем здесь постоянно: утром, когда приводим себя в порядок после сна, моем руки после улицы или туалета, чистим зубы… Умножьте это все на количество человек в семье.

Быстренько вытереть тряпкой

Чтобы поддерживать в умывальной чистоту, достаточно каждый раз после использования тратить по 30 секунд на приведение ее в порядок. Главное действие здесь – протирать. Кажется, что оно скорее относится к уборке, но ребенку надо преподносить его как часть наведения порядка.

Помыв руки, нужно вытереть брызги вокруг раковины и на полу. Можно использовать для этого салфеточки или выделить специальную тряпочку. Если на полочке осталась вода, вытирайте ее сразу же, а заодно и то, что поблизости. В конце красиво расставляем тюбики и бутылочки, если они стоят неаккуратно.

Ребенку сначала придется прямо указывать, что он должен, например, вытереть воду на полу, но потом он сам привыкнет оставлять все сухим. Вам останется только делать замечания, если вы заметите, что он забыл что-то вытереть.

Класть вещи после использования так, чтобы был порядок

Обычно мы не уносим вещи из умывальной, поэтому важно приучить ребенка класть их аккуратно.

Если он вытер руки и собирается бросить скомканное полотенце, сделайте ему замечание. Если он причесался и положил расческу не на место, попросите вернуть ее туда, откуда он ее взял. Если на расческе или в раковине остались волосы, укажите ребенку на это.

Конечно, вам может надоесть постоянно обращать его внимание на каждую мелочь, но если он с детства привыкнет все делать правильно и сразу, это на всю жизнь избавит его от необходимости сражаться с собственной неряшливостью. Здесь, как и в случае с уборкой в гостиной, маме проще и быстрее

сделать все самой, но я считаю, то родителям необходимо проявить любовь и терпение, чтобы приобщить к работе ребенка.

Убираем постиранные вещи аккуратно, чтобы их было приятно надевать

Ребенку трудно осознать тот факт, что вещи в его шкафу не сами по себе становятся чистыми и аккуратно сложенными. Кто-то специально делает это для него.

Одежда и настроение

Одежда сильно связана с нашим самоощущением и настроением. Мы радуемся, надевая что-то новое, а когда нам удается подобрать удачный стиль, это наполняет нас энергией. Дорогая одежда позволяет чувствовать себя увереннее. Все это вместе – сила красоты.

Чистые вещи дают схожий эффект: когда мы надеваем только что постиранную рубашку, мы чувствуем себя лучше; выходя из дома в хорошо выглаженных брюках со стрелками, распрямляем спину. Согласитесь, чистая, ухоженная одежда точно так же, как мода, придает нам уверенности в себе и наполняет нас жизненной силой.

Цель стирки и химчистки – не только удаление грязи. Гладим одежду мы тоже не только для того, чтобы избавиться от складок. Все это делается, чтобы было приятно надевать эти вещи. Логично, что в завершение этих действий мы аккуратно убираем одежду туда, где она должна лежать.

Хорошо, если ребенок будет сам убирать одежду в шкаф, чтобы ему потом было приятно ее надевать.

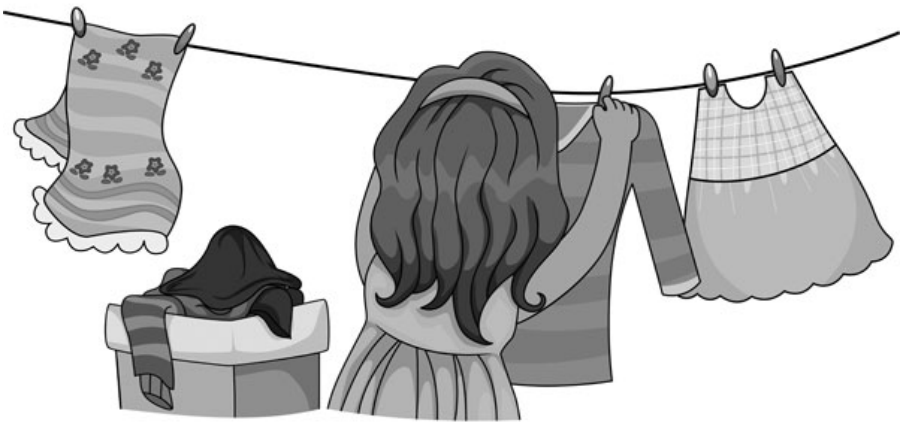
Пусть он поможет вам складывать только что постиранные вещи. Распределите белье на три кучки: «мамина одежда», «папина одежда», «детская одежда», и пусть каждый сложит свои вещи сам. Конечно, папа может отказаться от участия в процессе, но это уже решать супругам.

Развешивать вещи – это здорово

Мне часто приходится слышать от людей, что им не нравится складывать постиранные вещи в шкаф. С другой стороны, многие любят стирать и вешать белье. Это во многом зависит от личных ощущений, и взгляды родителей и детей на это занятие могут совпадать.

Не стоит считать, что стирка – исключительно мамина обязанность. Попробуйте включить ребенка в этот процесс. Пока

он совсем маленький, можно поручить ему загружать вещи в машинку, наливать средство для стирки, а когда придет время вешать чистое белье, попросите его подавать вам вешалки, предметы одежды и т. п.



Может быть, ребенок поймет, что стирка – это здорово, услышав вашу похвалу («ты помог, и мы быстрее справились!») и глядя, как внимательно вы относитесь к делу («пускай на одежду попадает побольше солнышка»). К тому же, возможно, он будет больше стараться, складывая одежду, которую сам вешал сушиться.

Если ребенок уже учится в начальной школе, можно поручить ему стирать самому, предварительно научив его это делать. В первое время мама берет на себя роль помощника или распределяет обязанности на двоих. Это применимо и к мальчикам, и к девочкам. Я помню, что, когда мне в детстве поручали стирку, я чувствовала себя немножечко взрослой.

Не забывайте хвалить ребенка: «Спасибо за помощь!», «Как ты красиво все повесил!» и т. п.

Порядок в прихожей: держите «лицо» дома чистым

Прихожая – это не просто часть дома, а граница с внешним миром. Это не только общее пространство семьи, но и место, граничащее с тем, что находится вокруг.

Прихожая – это «лицо» дома

Если в прихожей разбросана обувь, а ее носки повернуты не к двери[5], это выглядит очень некрасиво и неряшливо. Когда к тому же там разложены вещи, которые домочадцы берут с собой или приносят, у гостя возникает ощущение, что ему показали личную сторону жизни чужой семьи, и ему это может быть неприятно.

Пусть даже остальной дом не в идеальном состоянии, но прихожая должна выглядеть опрятно. Тогда у гостя наверняка сложится впечатление, что хозяин думает об окружающих и аккуратен в повседневной жизни.

Объясните ребенку, что в прихожей необходим порядок. Носки обуви должны быть направлены к двери. Ту пару обуви, которую он надевал вчера, нужно убрать на этажерку. Нельзя оставлять на полу больше одной своей пары обуви. Это нужно и для того, чтобы тебе самому было удобнее в следующий раз обуваться, и для поддержания порядка в прихожей, которая служит «лицом» дома. Если ребенок пришел домой, снял туфли и не потрудился поставить их аккуратно, маме нужно сделать ребенку замечание и потребовать сделать все как следует (даже если вам кажется, что это слишком).

Примерно к трем годам у ребенка становится много обуви, и тогда лучше выделить ему нижнюю полочку в обувном шкафу. Как вы знаете, обувь впитывает влагу, поэтому, разувшись, не стоит сразу убирать ее в шкаф, иначе она начнет портиться. Объясните ребенку, что надо подождать хотя бы один день, пока обувь подсохнет, и только потом ставить ее на полку. Добавьте, что существует правило не раскидывать свои вещи в «общественном» месте, таком как прихожая (о чем я уже писала в первой главе).

Учитывать чужое внимание

Научив ребенка наводить порядок в прихожей, вы донесете до

него, как важно заботиться о том, что подумают другие. Возможно, вам не нравится идея жить с оглядкой на посторонних людей. Вы считаете, что нужно поступать так, как считаешь нужным, а менять свое поведение, ориентируясь на то, что другие на тебя смотрят, – странно.

Но люди создают свое «я» и раскрывают свою индивидуальность через отношения с окружающими. Если ребенок будет считать себя единственным и неповторимым, избранным, то его самосознание останется незрелым и он не сможет понять, что же он собой представляет.

Ориентироваться на внимание других не значит быть подхалимом. Это означает смотреть на себя со стороны и понимать, красивы ли твои поступки. Уже сам факт того, что человек следит за собой, делает его поведение достойным.

Установка «оценивайте себя объективно» звучит красиво, но она слишком абстрактна, и вряд ли получится ей следовать. Гораздо эффективнее представлять себе, как вы выглядите в чужих глазах. Попробуйте вообразить, что подумает сосед, если случайно зайдет к вам домой или будет приглашен в гости.

Говорите ребенку конкретные вещи. Например, если в прихожей разбросана обувь, скажите, что будет стыдно, когда кто-нибудь зайдет и увидит это. Это совсем не то же самое, что ругать ребенка и запугивать его (например, мама говорит расшумевшемуся малышу в электричке: «Веди себя тихо, видишь, на тебя уже смотрит тот страшный дяденька»). Вы должны четко выразить свою мысль. Для этого подойдут реплики вроде: «Если кто-нибудь к нам зайдет, то маме будет стыдно, поэтому не оставляй свою обувь в прихожей на полу, пожалуйста» или «Я думаю так-то и так-то». Не стоит скрывать от ребенка то, что вы думаете на самом деле, – он все равно это почувствует. Поэтому фразы вроде «мне-то все равно, но на тебя смотрит вон тот страшный дяденька, поэтому лучше веди себя тихо» или «я думаю, ты должен вести себя тихо. К тому же вон тот страшный дяденька смотрит на тебя» – не очень удачный выбор.

«Обустройство» прихожей

Выше речь шла о том, чтобы не оставлять прихожую грязной и неопрятной. Но есть еще один способ позаботиться о чужом внимании: сделать все, чтобы гостю было приятно у вас находиться. У наведения порядка и обустройства дома есть нечто общее. Когда вы принимаете гостя, то стараетесь, чтобы ему понравилось проводить время на вашей территории. Для этого вы предпринимаете активные действия: угощаете его, включаете

музыку… Но есть и пассивная сторона: создание в доме атмосферы уюта. К ней относятся обустройство дома и уборка.

Да, гость не видит этой стороны, но я думаю, что создание уютной атмосферы предполагает заботу о тех, кто приходит в дом.

Чтобы ребенок понял, что иногда нужно ставить себя на место других и думать об их чувствах, объясняйте ему, как поступить. Например: «В три часа придут гости. Посмотри, в порядке ли прихожая», «На шкафчике не прибрано, давай там приберемся и поставим цветы», «Расставь красиво обувь гостей» и т. д.

Порядок в туалете, где любая грязь неприятна

Туалет по сути своей грязное помещение, его даже называют «отхожим местом». Чтобы поддерживать в нем чистоту, нужно постоянно следить за его состоянием. Пусть туалет даже оборудован по последнему слову техники, небольшой оплошности одного человека хватит, чтобы там стало грязно.

Попользовался – проверь

Объясните ребенку, что к посещению туалета применимо то же правило, что и к ванной: думай о том, кто зайдет туда после тебя. Не стоит надеяться на то, что мама будет делать там уборку несколько раз в неделю. Нужда в серьезной уборке отпадет, если каждый будет после себя проверять, все ли он оставил чистым.

Нужно смотреть, не остались ли на сиденье унитаза капли воды после того, как вы помыли руки, не испачкалась ли его внутренняя сторона, не слишком ли длинный кусок туалетной бумаги свисает, нет ли ее обрывков на полу, ровно ли лежит коврик.

Зайдя в туалет и заметив, что ребенок оставил что-то после себя в неподобающем виде, не убирайте за ним. Например, если вы видите где-то капли, скажите, чтобы он их вытер. Когда ребенок станет школьником, он наверняка будет полностью

справляться со всем сам. Но до тех пор подзывайте его и объясняйте, как нужно делать уборку. Пусть он помогает вам.

Поручаем уборку в туалете ребенку

В Японии говорят, что, если девочке поручать уборку туалета, она вырастет красавицей. Мои родители тоже когда-то просили меня об этом во время генеральных уборок, правда, не знаю, насколько это сделало меня красавицей. Тем не менее полезно время от времени поручать такую работу детям.

Есть много историй об уборке туалетов – например, что этим занимаются начальники крупных компаний или что несовершеннолетние правонарушители чистят их в целях реабилитации. Туалет – самое грязное место, но оно необходимо любому человеку, и, наверное, его чистка немного улучшает нас морально.

Так что, когда к вам должны прийти гости, прежде всего уберите именно там. Если в туалете не грязно, то одно только это создаст впечатление чистоты в доме. И наоборот, грязь в туалете сделает дом неопрятным, как бы ни сияли чистотой ваши комнаты. Вот такое это удивительное место – уборная.

Излишние наставления могут показаться ребенку слишком назойливыми, поэтому все эти причины ему объяснять не обязательно. Просто дайте ему сделать уборку самому, а в процессе он наверняка придет к собственным выводам и идеям.

Включаем ребенка в процесс уборки

Что касается наведения порядка – больше, пожалуй, здесь добавить нечего. Но напоследок я хочу немного сказать про уборку. Во многих домах эта работа, как и наведение порядка, считается маминой задачей. Помощь папы и ребенка ограничивается тем, что во время генеральных уборок они могут помыть окна и полы (и то их еще надо заставить это сделать).

Не обязательно заставлять ребенка выполнять серьезную работу (пылесосить, мыть пол…). Важнее приучить его всегда обращать внимание, не нужно ли где-то в доме прибраться, и сразу действовать. О том, как это делать, я уже писала в пункте «Быстренько вытереть тряпкой».

Если вы будете ждать, пока грязь накопится, и только тогда приступите к уборке, стараясь сделать все и сразу, вам всегда будет очень трудно. Здесь действуют те же принципы, что и в наведении порядка. Потихоньку прибирайте, как только где-то появляется грязь. Это позволяет дольше поддерживать чистоту в доме, и уборка становится куда более легким делом.

У меня муж – чистюля, и если он заметит, что где-то что-то грязно, то тут же это исправит. С ним мне повезло, поэтому я могу особо не усердствовать в наведении чистоты и даже пылесосом ни разу за всю неделю не пользуюсь.

Необходимости делать масштабную уборку в ванной с применением всякой химии у меня тоже не возникает. Конечно, часто я обнаруживаю какие-то места, до которых очень давно не доходили руки. Но моя ванная всегда в таком состоянии, что перед внезапным приходом гостей мне хватит всего пяти минут, чтобы привести ее в порядок.

Моя ванная всегда в таком состоянии, что перед внезапным приходом гостей мне хватит всего пяти минут, чтобы привести ее в порядок.

К сожалению, не во всех семьях мужья такие энтузиасты. Тем более стоит научить ребенка сразу что-то делать, когда он видит где-то грязь. Тогда не нужно будет делать в доме уборку, потому что там и так будет чисто.

Мусор нужно подбирать

Иногда на полу появляется не так много мусора, чтобы сразу бежать за пылесосом. Это могут быть обрывки от упаковок с конфетами, чеки, нитки из одежды… Удивительно, но эти маленькие вещи почему-то сразу бросаются в глаза.

Тем не менее мы делаем вид, что не замечаем их. Так поступают и взрослые, и дети. Но эти соринки, пусть их на полу всего одна-две, сразу меняют наше впечатление о чистоте комнаты.

Если вы увидели, что что-то валяется на полу, не притворяйтесь, что не заметили. Приучите себя быстро подбирать такой мелкий мусор. Обычно мы этого не делаем, потому что нам, скорее всего, просто лень дойти до мусорного ведра. Поэтому не лишней будет пара-тройка маленьких ведерок для мусора в комнате.

Как научить ребенка подбирать мусор с пола? Во-первых, делайте ему замечания, если он насорил и не убрал за собой. Например, ребенок съел конфету, а фантик упал на пол. Скажите ему: «Ты уронил фантик!» Если он что-то вырезал из бумаги, заставьте его проверить, не осталось ли на полу обрезков.

Если ребенок случайно уронит пищу во время еды, маме по привычке хочется ее поднять. Но пяти-шестилетний ребенок может сам подобрать ее и протереть тряпочкой место, куда она упала. В детском саду дети делают все это самостоятельно.

Во-вторых, можно попросить ребенка, когда он сидит на стуле или играет на полу, чтобы он собрал мусор, который случайно оказался рядом с ним. Если ребенок привыкнет замечать мусор и подбирать его, это можно считать большим успехом.

Заметил пыль или грязь – вытри ее

Пыль накапливается на предметах потихоньку, день за днем. Не бывает такого, чтобы в один прекрасный день где-то вдруг возник толстый слой пыли. Сначала она едва заметно покрывает предметы, а через какое-то время вы уже замечаете, что ее скопилось довольно много. Чтобы делать уборку в квартире было проще, вытирайте пыль каждый раз, как только ее увидите, тем, что окажется под рукой: тряпочкой или бумажными салфетками. Не забывайте и про пол. Вытереть всю пыль в гостиной за один раз непросто, но быстренько протереть телевизор и пол под тумбочкой – дело одной минуты.

Вряд ли вы заставите ребенка замечать пыль. Достаточно, чтобы он просто видел ваши действия и понимал: уборка – это не сложный и масштабный процесс, а то, что можно делать понемножку, между делом. Например, после того, как вы пожарите что-то на кухне, сразу вытрите брызги масла и покажите ребенку, как стало чисто.

Когда он начнет ходить в школу, поручайте ему разные дела: протереть телевизор, провести шваброй под обеденным столом и

т. д. В более старшем возрасте он уже, скорее всего, не готов слушаться родителей, но помнит, как нужно поступать, потому что вы приучили его к этому, когда он еще не смел перечить.

Убирать скопившиеся вещи

В доме много мест, где что-то скапливается: корзина для грязной одежды, мусорные ведра, сушка для посуды, стойка для газет, журнальная стойка, полки с видеокассетами…

Я и сама выбрасываю мусор только тогда, когда ведро уже полное, так что не мне это говорить. И все же я советую вам завести привычку освобождать корзины, мусорные ведра и прочее от вещей, как только они более или менее заполнятся. Тогда делать уборку и наводить порядок станет проще.

Обычно мы выбираем для стирки удобное время, например утро или выходные. Мусор выбрасываем в установленные дни сбора[6]. Но можно стирать и выносить мусор, когда вы понимаете, что грязных и лишних вещей скопилось уже достаточно много.

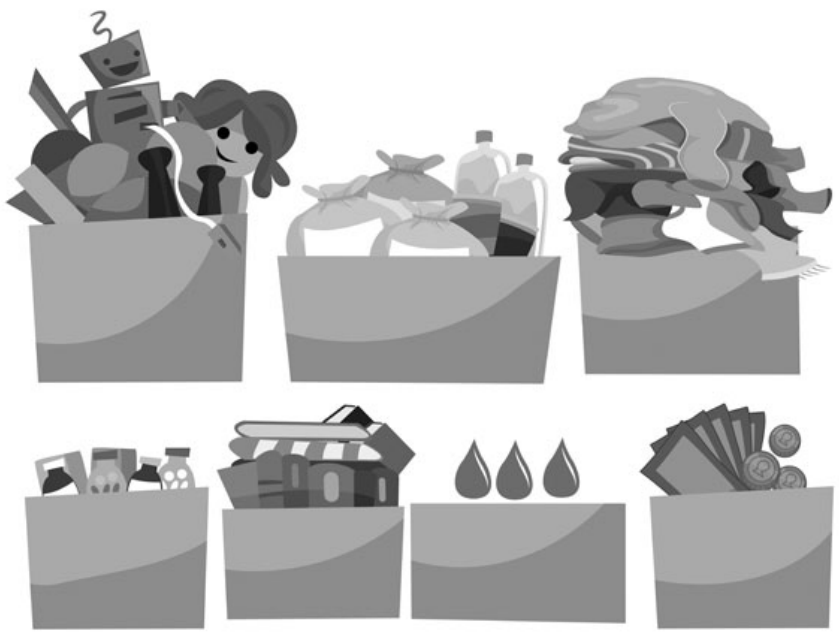
Когда корзина для белья наполнится, устройте стирку; если на сушилке в кухне не хватает места, уберите из нее лишнюю посуду; когда газет в стойке слишком много, уберите их в кладовую.

Если ребенок пожалуется, что ему уже некуда выкидывать мусор или класть видеокассеты, предложите ему высыпать мусор в общий мешок, а кассеты, которые он не смотрит, переложить куда-нибудь на хранение (например, в специально предназначенный для этого контейнер).

Главное, чтобы он понял, что скопившиеся вещи нельзя оставлять без внимания.

Ребенок сам убирает у себя в комнате

Вообще, за своим личным пространством каждый должен следить сам. Родителям лучше в какой-то момент перестать убирать в детской комнате. Но чтобы не допустить того, что вам вообще будет закрыт туда доступ, установите правило: родители могут заходить в детскую, в том числе чтобы поговорить или что-то принести.



Говоря о детях и уборке, мы разделяем три возрастных периода: 3, 6 и 10 лет. До 3 лет ребенок помогает родителям в уборке, до 6 – родители помогают ему, до 10 лет ребенок уже практически все делает сам, а родители могут время от времени проверять, все ли в порядке.

За своим личным пространством каждый должен следить сам. Родителям лучше в какой-то момент перестать убирать в детской комнате.

В Японии проводилось исследование – кто обычно убирает в детской комнате[7]. Результаты оказались такими. В семьях, где ребенок ходит в первый класс: «только ребенок» – 1 %, «мама и ребенок» – 28,6 %, «мама» – 65,3 %. В семьях, где ребенок в четвертом классе: «только ребенок» – 5,8 %, «мама и ребенок» – 32,5 %, «мама» – 51,8 %. В семьях, где ребенку примерно 16 лет:

«только ребенок» – 26,0 %, «мама и ребенок» – 27,7 %, «мама» – 45,2 %.

Получается, что более 70 % детей даже в старшей школе продолжают пользоваться маминой помощью при уборке комнаты.

В Америке статистика иная: в 71,7 % семей шестилетние дети убирают комнату сами, только 11,3 % делают уборку вместе с мамой и в 15,1 % семей это делает мама. В Польше в семьях, где есть второклассники, статистика по уборке такая: «только ребенок» – 29,4 %, «мама и ребенок» – 39,25 %, «мама» – 23,5 %. В этих странах в 4-м классе половина детей уже убирает свои комнаты без посторонней помощи.

Не знаю, насколько справедливо сравнение с заграницей, но похоже, что японские дети не очень-то самостоятельны. Думаю, это касается не только уборки.

Глава 3: резюме
Чему учит наведение порядка

1. Думать о других людях и не создавать им трудностей, уметь вести себя в общественных местах в соответствии с этими принципами.

2. Выбирать домашнюю работу, которая ребенку под силу, и создавать условия, чтобы он привыкал делать ее по собственной инициативе. Эти навыки станут его бесценным приобретением для будущего.

Какой помощи требовать от ребенка, какие задачи ему поручать

1. Еда

Разумеется, он должен убирать за собой после еды. Но подумайте, что еще можно **ему поручить.**

2. Гостиная

Сделайте все, чтобы ребенок усвоил правила поведения, например что свои вещи в гостиной оставлять нельзя.

3. Ванная

Перед тем как выйти, проверять, все ли в порядке, тем самым проявляя заботу о человеке, который придет за тобой.

4. Умывальная

Оставлять после себя все чистым, аккуратно расставлять вещи.

5. Стирка

Поручать ребенку посильные задачи.

6. Прихожая

Понимать, как могут чувствовать себя другие люди, ставить себя на их место. Помнить о чужом внимании.

7. Туалет

Проверять, все ли оставил в порядке за собой. Не забывать о чувствах того, кто придет после тебя.

Примечание. День, начинающийся с уборки

Вспомните свои первые годы в школе или время, когда вы только начали работать в своей компании.

Лет тридцать назад в школах дежурный по утрам протирал парты и учительский стол, менял воду в вазах, отряхивал тряпочку для доски… А потом начинался урок.

То же самое было принято делать и в компаниях. Я начинала работать давно, больше 15 лет назад, но помню, что у новичков была такая обязанность.

В то время уже действовал закон о равноправии полов, и новый работник, будь то женщина или мужчина, когда подходила его очередь, должен был протереть столы и налить каждому сотруднику своего отдела чашечку чая. После этого все приступали к работе.

В конце дня в школах было принято делать уборку. Перед уходом с работы каждый сам наводил порядок на своем рабочем столе.

Если посмотреть японские сериалы, которые снимали некоторое время назад, то можно обратить внимание, что день в японском доме начинается с уборки. Сначала убирают футон, потом щеточкой протирают перегородки в седзи[8] и подметают пол. В этой чистой, свежей комнате ставят маленький столик и начинают завтракать.

Лично у меня в этом отношении все довольно печально.

Проводив ребенка в школу, я сразу сажусь за стол: работа на первом месте, она мне важнее, чем уборка и стирка. Я постоянно откладываю домашние дела на выходные и часто стираю вещи ночью, когда есть свободное время.

Не знаю, может ли такой безалаберный человек, как я, что-то советовать по этой теме, но мне все же кажется, что начинать день с чисто убранной комнаты и протирать по утрам столы – отличная идея. Думаю, хорошо бы каждому вернуться к этим замечательным привычкам.

Даже на обеденном столе, который утром выглядит чистым, за ночь оседает немного пыли. Дайте ребенку тряпку и попросите его протереть стол.

Или же можно сделать детской обязанностью подметать в прихожей по утрам (это как раз та работа, которую я нехотя выполняла каждое утро, когда училась в младшей школе). Если у вас свой дом, то ребенок может подмести и участок дороги перед ним, причем не четко по границам участка, а на пару метров «заходя» на дорожки перед домами соседей. Утром все очень спешат, но с этой работой можно справиться за 2–3 минуты.

Когда ребенок по утрам занимается дома во время летних каникул или другого перерыва в школьных занятиях, приучите его наводить порядок на столе перед тем, как сесть учиться.

Вечером тоже нужно требовать от ребенка убрать свои вещи со стола перед ужином – именно убрать, а не подвинуть. Это относится и к родителям. Когда вся семья собирается в гостиной, можно заняться этим вместе.

Возможно, вам будет лень, но необходимость следовать правилам придаст вам сил.

Раньше люди все это делали не задумываясь. Если с детства приучить себя ко всем этим действиям, наверняка потом они войдут в привычку и будут получаться сами собой.

Глава 4
Детская комната: что делать?

Детская комната: за и против

Стоит нам услышать слово «детская», как сразу поднимаются дискуссии, нужна ли она вообще. Некоторые считают, что отдельная комната для ребенка – «рассадник зла»: он якобы начинает хуже себя вести, становится замкнутым, перестает общаться с семьей…

В последнее время люди стремятся сделать открытую детскую комнату, отказавшись от перегородки, или оставляют ее комнатой общего пользования, или выбирают такую планировку, чтобы нельзя было сразу из прихожей попасть в детскую, а надо было сначала пройти, например, через гостиную.

Такие взгляды появились в 1980-х годах, когда начались проблемы с детской преступностью, некорректным поведением и когда дети начали стремиться к социальной изоляции (сейчас таких людей называют хикикомори).

Вопрос об отдельной комнате для ребенка стал впервые активно обсуждаться в Японии представителями среднего класса в начале периода Сева[9]. Он был популярной темой в послевоенные годы, когда традиционные японские представления о семье и патриархат ушли в прошлое, а им на смену пришла американская демократия.

В то время считалось, что выделить отдельную комнату для ребенка значит способствовать развитию его индивидуальности и самостоятельности, дать ему возможность сосредоточиться на учебе. Многие были уверены, что такая мера предотвращает плохое поведение. Все эти представления в один момент сменились прямо противоположными: людям стало казаться, что лучше не спешить с предоставлением отдельной комнаты ребенку.

Сейчас многие родители от двадцати до сорока с лишним лет, в прошлом счастливые обладатели отдельных комнат, уже сомневаются, стоит ли обеспечивать ими своих детей. Но все-таки многие решаются на отдельную детскую, не важно, будет ребенок жить в ней один или с сестрами и братьями.

Согласно исследованию Японской ассоциации женского образования, проведенному в 1994 году, на тот момент 15 % детей от 4 до 6 лет имели собственную комнату, а 33 % – жили в отдельной комнате с братьями или сестрами. Для детей от 7 до 9 лет эти цифры составляли 30 % (личная комната) и 46 % (общая детская для всех братьев и сестер).

80 % детей в подростковом возрасте (старшие классы школы) живут в своих комнатах, а если считать и тех, кто делит

помещение с сестрами или братьями, то эта цифра практически достигает 100 % (данные различных статистик в этом случае совпадают).

Человеку нужна своя территория

Общество и просто посторонние люди любят высказать свое мнение о воспитании детей. Стоит родителям, даже имеющим твердую позицию, лишь однажды усомниться в своей правоте, как у них тут же начинаются проблемы. Нечего и говорить о тех, кто не так уверен в себе: чужое мнение сильно влияет на их действия.

Я тоже из тех, кто сталкивается с проблемами, воспитывая ребенка. Но я всегда исхожу из того, что ребенок – пусть еще и маленький, такой же человек, как я. Пусть мы люди разных поколений, но живем в одном обществе в одно и то же время, так что наши индивидуальные различия ничтожно малы.

Такой подход помогает убедиться в том, что отдельная комната ребенку все-таки нужна. Я могу так уверенно заявлять об этом, потому что учитываю и свой детский опыт, и нынешние настроения.

С самых ранних лет и до второго класса школы я жила в комнате с сестрой, потом детскую разделили на две части перегородкой в виде жалюзи, и у каждой из нас была своя половина. А когда мне исполнилось лет 13, я получила отдельную комнату. Как же сильно наличие собственного пространства, где я могла проводить время одна, повлияло на мои творческие способности! Особенно это было важно в 10–13 лет. Я читала книги, отдыхала, могла переставлять вещи в комнате по своему усмотрению, проводила там часы в одиночестве – и наверняка именно поэтому всегда с удовольствием общалась с семьей в остальное время.

Время, проведенное наедине с самим собой, и время, проведенное с другими, – это две стороны одной медали, и если одна из них страдает, то и во второй возникают проблемы. Для становления личности человеку в равной степени необходимо бывать как одному, так и в обществе других людей.

Своя комната нужна не только ребенку. Я, как мать и жена, убеждена, что у женщины она тоже должна быть. Ведь именно потому, что люди в семье решают жить вместе, каждому из них нужно пространство, чтобы побыть одному.

Стандартная планировка квартиры в Японии, продиктованная жилищными условиями, – это спальня супругов + комната ребенка + гостиная.

Но мне кажется, что если у каждого в семье будет своя комната, пусть даже небольшая, где помещается только кровать, то все будут больше ценить время, проведенное вместе, и внимательнее относиться к чувствам друг друга.

У нас с мужем у каждого своя комната, в том числе и потому, что мы оба работаем дома. Бывает, мы сидим каждый у себя, но при этом приятно и весело проводим время вместе: обедаем, пьем, играем с детьми, смотрим видео…

Часто, если кто-то из нас раздражен из-за неприятностей на работе, расстроен или разозлился на другого, он уходит в свою комнату, чтобы успокоиться и прийти в себя, и это помогает. Даже если в семье есть проблемы с общением, возникают они не из-за того, что у каждого есть своя комната.

Если обстановка в семье нездоровая и вдобавок к этому у ребенка нет собственной комнаты, не исключено, что в какой-то момент он уйдет из дома. Говорят, что среди подростков, совершающих правонарушения, многие признаются, что дома им нет места (в том числе своей комнаты).

Мне также не нравится идея оборудовать для ребенка открытую детскую комнату, не давая ему возможности остаться наедине с собой. Тем самым вы внешне вроде бы доверяете ребенку, а на самом деле – нет.

Лучше сделать отдельную комнату для ребенка до того, как ему исполнится 10 лет. Пусть это будет место, которое даст ему возможность в любой момент отгородиться и побыть одному (конечно, если условия этого не позволяют, то ничего не поделаешь). Такова моя позиция.

Чтобы ребенок умел распоряжаться своим пространством и вырос действительно самостоятельным, не надо «вешать ярлыки», называя его личную комнату «учебной» или как-нибудь еще.

Собственный дом и отдельная детская: чем они похожи

Я думаю, про собственный дом можно сказать то же самое, что и про детскую.

Люди мечтают купить себе жилье, например новый дом или квартиру площадью около 100 кв. м. Им хочется иметь дом с террасой, вложить деньги в его обустройство, а потом заниматься садом и приглашать гостей. И наверное, многие в итоге осуществляют эту мечту.

Жилищные условия в Японии значительно улучшились по сравнению с тем, что было раньше. Уже 20 лет у 60 % населения (в том числе примерно у 50 % жителей крупных городов вроде Токио и Осаки) есть собственные дома. Даже если говорить о самом тесном жилище, в теперь уже далеком 2000 году в среднем по стране его площадь составляла более 90 кв. м, а в Токио – 63,4 кв. м. Год от года эти показатели растут (по данным Статистического бюро Японии).

То есть более половины от общего числа населения живут в своих домах.

Для полноценной жизни человеку очень важно чувство покоя. Он стремится обрести собственное жилье не столько из финансовых соображений, сколько из-за того, что это сделает его счастливее. Поэтому не стоит отказываться от мечты.

Но даже если живете в своем доме, вокруг могут происходить вещи, которые вам не понравятся.

Сосед демонстрирует, что это его территория, и строит дом вплотную к границе ваших участков или сваливает кучу хлама прямо под вашими окнами. Если на общей мусорной площадке беспорядок, все делают вид, что это их не касается. Иногда в ряду домов, покрашенных в обычный светлый тон, вдруг встречается строение желтого или розового цвета.

Некоторые участки презрительно называют помойкой или свалкой. Но даже если окружающим не нравятся действия соседа, администрация не может ничего изменить, потому что это – частная собственность.

Похожие слухи ходят в обществе про отдельную детскую и общение с семьей.

Мне кажется, владея хоть комнатой, хоть домом, люди должны всегда стараться сохранять баланс между независимостью и умением жить с другими, что бы они ни делали.

Комната ребенка – это его «я»

Обычно вопрос о предоставлении ребенку отдельной комнаты упирается в планировку: выделить ребенку закрытое пространство или нет, и если да – то какое.

Но комната для ребенка – это не просто коробка. Там он спокойно может сосредоточиться на вещах, которые ему нравятся. Это место он может обустраивать по-своему, чтобы ему было в нем уютно.

Квартиры с одинаковой планировкой у разных хозяев выглядят очень по-разному. Комната тоже меняется в зависимости от того, кто в ней живет. Она отражает личность своего хозяина.

Во введении я уже писала, что о человеке в какой-то степени можно судить по его вещам. На примере детской это хорошо видно.

Ребенок может сам расставлять мебель, клеить плакаты, выбирать шторы, ставить модельки на подоконник… Он делает все это и решает, хорошо ли получилось, стало ли уютнее. Он чувствует, как нужно сделать, и, следуя этому чувству, что-то меняет и постоянно расставляет заново, в процессе все лучше понимая себя.

Задача родителей – предоставить ребенку отдельную комнату и объяснить, как с ней следует обращаться. Важно не то, выделите ли вы ему комнату, а то, что вы будете делать дальше.

Что это должно быть за место и с какого возраста оно необходимо

Если вы согласны, что отдельная комната для ребенка – это место, где он может обрести и выразить свое «я», то вы уже примерно представляете, каким оно должно быть.

Считается, что дети начинают постепенно отдаляться от родителей и осознавать себя самостоятельными существами примерно с 3 лет. Поэтому начиная с этого возраста и примерно до 6 лет детская комната или уголок для ребенка служит территорией, где он все еще рядом с родителями, но не всегда под их присмотром.

В 3–4 года ребенок может играть здесь в игрушки или рисовать, погружаясь в свой мир. Ему пока все равно, наблюдает ли за ним мама, поэтому он еще не нуждается в изолированном пространстве, ему достаточно своего личного или просто любимого места. Дети в этом возрасте бывают очень разными: одни любят постоянно быть с мамой, а другие уже более самостоятельны. Поэтому, решая, будет ли это уголок или целая комната, надо ориентироваться на планировку в доме и семейные обстоятельства.

Но в любом случае ребенка нужно приучать к тому, что у него есть и права, и ответственность. У него появилось свое место, и он следит за порядком в нем.

Начиная ходить в первый класс, ребенок расширяет границы своего мира и понимает, что лучше играть с друзьями, чем с мамой. Я помню, что это был период странных открытий. Например, я задумывалась, что со мной будет, если я умру, и эта мысль пугала меня. Еще меня удивляло, что я – это «я», но и мама – тоже «я».

В этом возрасте ребенок открывает для себя много новых эмоций: гнев, грусть, радость, сожаление, и ему нужно место, где он сможет побыть один.

Привыкая отвечать за себя и за вещи в своей комнате, он понимает, что в учебе и поддержании порядка нужно рассчитывать прежде всего на собственные силы, а не на мамину помощь.

В этом возрасте можно уже приучать ребенка разделять личное пространство (свою комнату) и общее (где он проводит время с семьей). Способность совмещать самостоятельность с умением уживаться с другими – очень важное качество личности.

К 10 годам ребенок должен сам следить за своей комнатой. С

экономической, физической и, конечно, с психологической точки зрения он пока еще не полноценный член общества. Но скоро у него начнется переходный период, после которого он станет самостоятельным.

Когда у ребенка начинается переходный возраст, родителям следует признать его полноценной личностью и относиться к нему соответственно. Поздно делать это в 20 лет или когда он покинет родительский дом. Относитесь к нему как к взрослому человеку, даже если это еще не совсем так, и тогда он будет постепенно становиться самостоятельнее, меняя свое поведение и мышление.

Обустройство комнаты для ребенка

Здесь я подробнее остановлюсь на том, как оборудовать детскую комнату и какие правила наведения порядка для нее установить. Я ориентируюсь на свои стандарты, которые могут быть неприменимы в вашей семье или не подходить вам, поэтому не стоит слепо следовать моим советам.

До 3 лет – рядом с мамой

Ребенок примерно до 3 лет дома почти всегда находится с мамой. Он еще не умеет распоряжаться своими вещами, и это нормально. Да и вещей у него пока немного – это в основном одежда и игрушки.

– «Уголок» для ребенка в гостиной

Если ориентироваться на то, что самое важное для маленького ребенка – быть рядом с мамой и семьей, то до 3 лет ему достаточно своего «уголка» в гостиной. Пусть у мамы будет к нему удобный доступ. Создайте ребенку такие условия, чтобы он мог играть рядом, когда она готовит или, например, когда вся семья смотрит телевизор.

Ребенок все равно будет приходить с игрушками к маме, даже когда у него есть отдельная комната. Поэтому, если вы ориентируетесь на западные нормы и считаете, что ребенку нужно выделить отдельную спальню с самого рождения, возможно, стоит отвести детскую комнату исключительно для сна, а в гостиной устроить «уголок» для игрушек.

Лично я спокойно отношусь к тому, что ребенок находится рядом до переходного возраста. Нет ничего страшного в том, чтобы он спал с родителями, если им это нравится (я, например, это люблю). К тому же спустя какое-то время он сам начнет отдаляться от вас. Уважительное отношение родителей к личности ребенку и тесный тактильный контакт не мешают друг другу.

Многие критически отзываются о слишком тесной связи японских мам и детей. Но это такие же предрассудки, как и рассуждения о связи между отдельной комнатой и социальной изоляцией.

Как я уже говорила, я считаю, что, если вы будете контролировать себя, не делать все сами только потому, что так быстрее, если будете относиться к ребенку как к взрослому и требовать выполнения своих просьб, то многое наладится.

– Устройте все так, чтобы вещи в «детском уголке» было легко доставать и убирать

Обычно в доме, где есть маленький ребенок, игрушки разбросаны по всей гостиной. Когда вы будете создавать «детский уголок», начните с четкого определения его границ.

Сделайте полочки у одной из стен в гостиной, поставьте рядом контейнеры (или что-то подобное). Для книг и игрушек лучше купить открытые полки и контейнеры, а не шкаф со множеством ящичков. Так будет гораздо легче доставать и

убирать их.

Недалеко от полок, где хранятся игрушки, устройте место для игр. Объясните ребенку, где можно раскладывать игрушки, куда их потом убирать и т. д. Скажите, чтобы он играл рядом с контейнерами. Пусть он сидит не вплотную к ним – это не страшно. Можно расстелить специальный коврик или еще как-то обозначить границы.

Мебель для хранения детской одежды тоже лучше разместить в «детском уголке». Ведь маленький ребенок обычно по утрам приходит в гостиную в пижаме, да и после ванной, переодевшись, играет в гостиной.

Но шапки, куртки, портфель и прочие вещи нужно хранить отдельно, например выделить для них специальное место в родительской комнате или в прихожей. Будет крайне неудобно, если вся гостиная заполнится детскими вещами.

– Приучаем ребенка убирать на место вещи после использования

Перед тем как пойти есть или спать, возвращайте все игрушки в «детский уголок», а ребенок пусть вам в этом помогает. Это сформирует у него привычку убирать на место вещи, которыми он пользовался.

– Неважно, что общая комната выглядит неаккуратно. Просто не обращайте на это внимания

Многие мамы жалуются, что гостиная в их доме выглядит неубранной из-за разбросанных игрушек. Они спрашивают, как сделать, чтобы там было более опрятно.

Я их понимаю, но, пока в доме маленький ребенок, приходится мириться с некоторыми неудобствами. Главное – всегда поддерживать чистоту в комнате. Пусть там не будет идеального порядка, но ничего не поделаешь – так будет продолжаться первые 3–4 года жизни ребенка. Достаточно следить, чтобы вещи лежали на своих местах, тогда в комнате уже будет уютно и приятно находиться.

Если прикрывать какие-то участки кусками ткани или распихивать все по коробкам, чтобы комната казалась аккуратной, то вещи станет сложно доставать и убирать, что в конце концов приведет к беспорядку.

Пожалуй, единственное, что здесь можно сделать, – хорошенько обдумать, где хранить детские вещи. Это могут быть дешевые пластиковые емкости, но перед покупкой рассчитывайте, что они прослужат вам много лет, поэтому лучше выбирать те, что впишутся в интерьер комнаты. Даже если они будут сочетаться по цвету, возникнет совершенно другое впечатление.

С 3 лет: комната рядом с гостиной

В этот период можно продолжать пользоваться «детским уголком» или, если условия позволяют, выделить для ребенка отдельную комнату. Второй вариант предпочтительнее, ведь он учится играть в одиночестве, к нему чаще приходят друзья и у него становится больше личных вещей.

– Комната рядом с гостиной

В этом возрасте ребенок еще хочет быть с родителями и за ним нужно постоянно присматривать, поэтому желательно, чтобы его комната была рядом с гостиной.

Часто в многоквартирных домах рядом с большой комнатой есть еще одна, маленькая. Во многих семьях ее приспосабливают под родительскую спальню или комнату для гостей. А что, если использовать ее как детскую? Можно даже совместить детскую и гостевую комнату, ведь, скорее всего, оставаться на ночь у вас будут только родственники, а им детские вещи не помешают.

В частном доме все зависит от планировки, поэтому продумайте подходящий вариант. Если отдельная комната получается слишком далеко от гостиной или вообще на другом этаже, то стоит пока отказаться от этой идеи.

Дверь или перегородку в детскую комнату в этот период лучше держать открытой, чтобы ребенок чувствовал, что мама рядом, а мама видела, что он делает.

Дети в этом возрасте любят иногда уединяться в своем пространстве: залезать в осиирэ, строить укрытия, накрывая стол одеялом… Когда к ним приходят друзья, дети часто просят родителей не заходить в комнату или не смотреть, что там происходит.

Согласитесь, нет ничего плохого в том, чтобы у ребенка было место, где он может спрятаться от родительского взгляда, – например, уйдя в дальний угол, закрыв дверь или перегородку.

На старых фермах и в особняках, стоящих рядами в старинных кварталах с запутанными улочками, было полно укромных мест. Но сейчас дома так устроены, что ребенка видно, где бы он ни находился. Поэтому ему наверняка понравится, если вы специально устроите для него место вдали от посторонних глаз.

– Мебель для хранения вещей как продолжение «детского уголка»

Пока ребенок ходит в ясли или садик, мебель для его вещей может быть продолжением «детского уголка».

Но, поскольку примерно в это время у него появляется все

больше игрушек и книг, лучше разделить все и сделать отдельные «уголки» для игрушек, для книг (книжные полки) и для одежды.

Ребенку в таком возрасте уже можно поручать уборку, а вы будете просто помогать. Он сам способен решать, какие вещи ему нужны, а какие нет. Чтобы ему было легче поддерживать порядок, не забывайте о разных полезных «хитростях»: игрушки кладут в отведенный для них угол; нужно приготовить коробки для распределения вещей по группам и т. д. Самое главное – все объяснить ребенку, рассказать, где коробка для игрушек, а где – для чего-то еще. С вашей помощью он должен понять, где что находится. Если он вдруг приходит к вам, например, с куклой, и жалуется, что не знает, куда ее положить, расскажите ему про место для кукол, а не берите у него игрушку со словами, что сами ее уберете.

Теперь о книгах. Если они стоят на полке слишком плотно, у ребенка не хватит сил, чтобы достать нужную. Определите для книг место и оптимальное количество и периодически просматривайте их. Книги, которые ребенок уже не будет перечитывать или из которых он вырос, можно пожертвовать или выбросить.

– Вещи ребенка нужно возвращать в его комнату

Чтобы ребенок привык убирать все на место и не оставлять свои личные вещи в общих местах, научите его забирать их к себе в комнату. Просите его уносить туда игрушки и книги, которыми он пользовался в гостиной или на кухне.

Иногда он приносит вещи к себе и бросает там как попало. Решайте по обстоятельствам, заставлять ли его как следует убрать все или же закрыть на это глаза.

– Исключения для неубранных вещей

Когда у ребенка появится своя комната, он обязательно будет оставлять на поверхности какие-то вещи, не убирая их на место: то игрушечную железную дорогу, то кукольный домик, то шалаш из коробок и т. п. Если в гостиной мама еще как-то контролирует его действия, то в отдельной детской за ним не следят так строго.

Не обязательно все вещи в детской должны лежать на своих местах. С одной стороны, недопустимо, чтобы ребенок все бросал и ничего не убирал. Но у него бывают свои планы и задумки, поэтому возможны исключения. Например, если у вас есть правило ничего не класть на пол, но ребенку жалко рушить кукольный домик, разрешите оставить его на полу на какое-то время. Четко дайте понять, что все остальное нужно убрать.

Если ребенок хочет оставить что-то большое, вроде игрушечной железной дороги, можно обозначить «границы» – например, коврик.

С 6 лет: предоставляем ребенку отдельную комнату, чтобы он осознал свою самостоятельность

В 6 лет, то есть примерно в тот период, когда ребенок поступает в начальную школу, можно уже дать ему отдельную комнату. Он может делить ее с братьями и сестрами.

– Дайте ребенку почувствовать, что это его собственная комната

Независимо от того, было ли у ребенка раньше собственное пространство или только «уголок», родителям нужно четко обозначить изменения, провести некую границу, разделив на «до» и «после». Нужно сказать ребенку, что с этого дня у него есть своя комната. Он может делать с ней что хочет, но должен и ухаживать за ней сам, наводить порядок и делать уборку.

Поводом может стать поступление в школу или покупка стола для учебы. Получая собственное место, ребенок осознает, что стал взрослым.

Не забудьте обсудить правила пользования комнатой:

– Ребенок убирает комнату самостоятельно/Он каждый день наводит порядок, а мама пылесосит.

– Ребенок сам относит грязные вещи в корзину/Мама каждые выходные проверяет, не накопились ли грязные вещи.

– Дверь в комнату всегда остается открытой/Дверь в комнату закрыта, а тот, кто хочет зайти, должен постучать.

– Вечером ребенок не закрывается в своей комнате, а помогает с ужином/Ребенок убегает в свою комнату, как только закончил ужинать.

Правила могут быть любыми. Главное условие – чтобы они устраивали родителей и соблюдались всеми.

Хотя у ребенка есть своя комната, которой он распоряжается сам, он все же находится под опекой родителей. Стоит четко объяснить ему разницу между понятиями «распоряжаться самостоятельно» и «делать, как тебе вздумается».

Порядки в семье должны устанавливать родители, а дети – им следовать. Ведь семья – это в первую очередь союз двух супругов, живущих вместе.

Если ребенок обещал сам делать уборку, а на деле в комнате у него очень грязно, думаю, вы можете сказать, что вам это не нравится, и велеть срочно прибраться. А если ребенок возразит: это его комната, поэтому он может делать с ней что хочет,

ответьте ему, что не потерпите грязи в доме.

– Комната может быть где угодно

Теперь ребенку уже не обязательно всегда находиться рядом с гостиной. Его можно переселить в любую удобную комнату, переделав маленькое помещение в спальню родителей, комнату для гостей или личную комнату одного из супругов.

Не страшно, если новая детская комната будет меньше, чем предыдущая. Достаточно примерно 7,5 кв. м, чтобы разместить кровать, стол и немного вещей (книги, одежду и т. п.). Если в комнате уже есть встроенные места для хранения, то и 5 кв. м. будет достаточно.

Всем людям, и особенно детям, комфортнее в небольших пространствах. Если поселить ребенка сразу в большую комнату, ему может быть сложно сразу в ней ориентироваться, и в результате там будет постоянный беспорядок.

Если комната ребенка оказалась рядом с прихожей, договоритесь с ним, чтобы он, приходя домой, обязательно здоровался с домочадцами.

– Поручайте ребенку самому наводить порядок в своей комнате

Я уже писала, что правила обращения с детской комнатой могут быть любыми, лишь бы они устраивали всех. Стоит ли добавлять, что они должны предусматривать самостоятельность ребенка?

Конечно, маме придется помогать с уборкой и стиркой, но если ребенок не может сам ежедневно наводить порядок, класть грязные вещи в корзину и выкидывать мусор, то это уже проблема.

Думаю, что мамам следует останавливать себя, когда они хотят вмешаться и помочь. Нужно не только донести до ребенка мысль, что стыдно не уметь делать простые вещи, но и самой понимать: бесконечно заботиться о своем чаде – тоже стыдно. Быть родителем, который никак не может «отделиться» от ребенка, – не лучший вариант.

– Возможность менять интерьер по своему усмотрению

Ребенок может распоряжаться личным пространством и менять его интерьер по своему желанию – например, красиво расставлять игрушки, вешать фотографии, перемещать стол или полки, куда хочется. Как раз в этом возрасте у детей появляется интерес к обустройству своего пространства.

Будет здорово, если мама и папа помогут советами или физически (например, передвинуть тяжелую мебель). Гораздо полезнее, когда решения принимаются вместе с родителями с учетом их оценки. Так ребенок обретает необходимые знания и

умения.

– Как покупать мебель

Если у ребенка теперь есть своя комната, то как насчет того, чтобы предоставить ему возможность самому выбрать для нее мебель (как и стол для учебы)?

Само собой, это не значит, что нужно покупать все, что ему понравилось.

Если родителям что-то покажется неподходящим, то нужно прямо сказать об этом ребенку и отказаться от покупки. Например, вы понимаете, что мебель слишком дорогая, или требует особенного ухода, или ею будет сложно пользоваться, или она наверняка быстро надоест (например, когда в оформлении использованы изображения популярных персонажей и т. д.).

Мебель – вещь дорогая и покупается надолго. Если она не подошла, ее просто так не поменяешь. Ищите подходящую вещь, пока не найдете то, что понравится и вам, и ребенку, и попутно объясняйте ему, как нужно выбирать: «Это нам не годится, потому что…» и т. д.

В последнее время в обществе распространились идеи о том, что малышам нужно покупать игрушки из настоящего дерева и с самых ранних лет давать им прикасаться к природным материалам. Но, похоже, родители так трепетно относятся ко всему, только пока ребенок совсем маленький. Когда он становится чуть старше, их больше привлекают дешевые вещи. Им кажется, что можно будет купить что-то хорошее позже, когда он станет самостоятельным.

Но разве не важно с малых лет покупать ребенку хорошие вещи и приучать его бережно относиться к ним? Замечательно, если он вырастет и будет продолжать пользоваться тем же столом, который ему купили, когда он только начинал ходить в школу.

Хорошо, когда человек относится к какой-либо вещи, как к дорогому бренду. Например, если у вас с детства был комод, а потом, женившись, вы передали его своим детям, то это можно назвать удачным использованием вещи.

– Общая комната с сестрами или братьями

Родители часто выделяют одну общую комнату детям, когда старший из них начинает ходить в школу. Часто у старшего ребенка там есть стол, а у младшего – нет. Да, конечно, мебель надо покупать по мере необходимости. Но если младший ребенок думает, что детская комната принадлежит старшему, это не очень хорошо для обоих детей.

Поселяя детей в отдельную комнату, позаботьтесь о том,

чтобы у каждого в ней было свое место.

Даже если вы не хотите разделять комнату перегородкой, пусть в ней будет стол для старшего брата и, например, столик для игрушек младшего (подойдет любой). Или «уголок» для игрушек младшего ребенка и еще один – для игрушек его старшей сестры. Пусть каждый следит за своим «уголком» сам.

Пол – общая территория, поэтому дети могут сами установить для нее правила. Например, они договариваются, что каждый убирает с пола свои игрушки сразу, как закончил играть. Можно разделить комнату пополам («от этой линии до этого места – моя территория для игр, а от той линии до того места – твоя») и т. д.

Если дети ссорятся и у них что-то не получается, узнайте у каждого его пожелания и предложите придумать новые правила, давая полезные советы.

В книгах и статьях, чьи авторы связаны с жилищной архитектурой, есть полезные идеи о том, что делать, если нет возможности выделить каждому ребенку по собственной комнате.

Не обязательно стремиться к простору – главное, чтобы у человека появилось пространство, где он может побыть один.

Например, можно отгородить спальню от комнаты для учебы

шторкой или другой перегородкой. В комнате площадью примерно 16 кв. м, где около 4 кв. м занимает осиирэ, отделяют стеной площадь чуть меньше 6 кв. м. и ставят там только кровать и стол. Идеи могут быть разными, и не обязательно стремиться к простору – главное, чтобы у человека появилось пространство, где он может побыть один.

– Бытовая техника в детской комнате

Некоторое время назад в обществе начали обсуждать вопрос о том, что дети безвылазно сидят у себя комнате, потому что там есть и телефон, и телевизор, и компьютер, и кондиционер… Во многих семьях, покупая новый телевизор или компьютер для семьи, старый отдают ребенку. По данным исследования 2002 года, у 35 % детей в комнатах были телевизоры («Исследование влияния телевизионного вещания на молодежь. Первое базовое исследование», Комитет по вещанию для молодежи).

Хорошо это или плохо, когда в детской есть телевизор или компьютер? Этого не поймешь, пока не попробуешь. Семье стоит обсудить этот вопрос перед обустройством комнаты. Решение зависит от взглядов родителей. Если вы считаете, что ребенку нужен телевизор или компьютер с ранних лет или что в комнате должна поддерживаться комфортная температура, то почему бы не обеспечить его нужной техникой.

Я в основном солидарна с идеями, которые сейчас популярны в обществе: не ставить телевизор в детскую комнату; покупать ребенку личный компьютер не раньше определенного возраста (например, в старших классах или в вузе); не разрешать пользоваться мобильным телефоном без ограничений. Нужно уметь правильно обращаться с такими медиа, как телевидение, интернет и т. п. Ребенок не готов к этому ни психологически, ни физически, поэтому я считаю, что ему нельзя давать неограниченный доступ к ним.

Особенно важна «медиаграмотность» (способность выбирать нужную информацию из огромного потока). Сейчас много разных видов медиа, и даже непрофессионалы имеют доступ к большой аудитории, поэтому для правильного восприятия информации необходимо взрослое критическое мышление. Ведь «плохая информация» бывает не только очевидной (жестокость, сексуальность), но и неявной (множество сайтов выдают слухи за правду, допускают критику ради критики и т. д.).

Резюмируя вышесказанное, хочу сказать, что родителям лучше ограничивать доступ ребенка к медиа, пока он не повзрослеет.

Несколько лет назад Японская ассоциация педиатров провела собрание по теме «Предложения по решению проблем

взаимодействия детей с медиа». Вот его основные тезисы:

– Не разрешать детям до 2 лет смотреть телевизор и видео.

– В период лактации не включать видео или телевизор во время кормления ребенка.

– Ограничивать время доступа к любым медиа. Ориентировочно – до 2 часов в день; видеоигры – до 30 минут в день.

– Не ставить в детскую комнату телевизор, видеомагнитофон, компьютер.

– Создать эффективные правила использования медиа ребенком и тем, кто его опекает.

Конечно, что бы вы ни решили, нельзя категорически утверждать, что ваш выбор хорош или плох. Но я повторюсь, что задача родителей – донести до ребенка свои ценности, дать ему возможность сопоставить их с собственным восприятием и помочь научиться самостоятельно принимать решения.

С 10 лет: поручаем ребенку делать все самостоятельно

Если ребенок с первого класса и примерно до 9 лет постоянно запоминал, как и что нужно делать в собственной комнате, то с 10 лет ему уже можно спокойно поручить следить за ней самому.

– Свое место

Ребенок достигает возраста, когда ему необходима его личная «крепость», место, где он может побыть один. Родителям нужно четко осознать, что детская комната – это его личное пространство как отдельного человека. Именно благодаря тому, что у него есть такое место, ему комфортно жить в общем доме.

Я думаю, что именно взаимное уважение к личному у родителей и детей способствует доверительным отношения между ними.

Но не только родители обязаны уважать личную жизнь ребенка. Дети должны делать то же самое по отношению к родителям: не заходить в их спальню когда вздумается, не встревать в разговор, уважать их мнение. Ведь вы наверняка ждете от него не только запросов, но и уважения.

– Советовать не вмешиваясь

Тот факт, что вы делаете ребенка полноправным хозяином его комнаты, не означает, что вы обещаете ему неприкосновенность. Подход может быть следующим: «советовать не вмешиваясь».

Стучаться и спрашивать разрешения перед тем, как войти в комнату, – это простая вежливость. Может быть, ребенок в этот момент переодевается или смотрит то, что не хотел бы вам показывать, или как-то некрасиво валяется. И у взрослых, и у детей бывают моменты, когда они не хотели бы, чтобы кто-то их видел.

Но и ваша возможность посмотреть, что происходит в детской, – это вежливость по отношению к семье, с которой живешь. То же относится и к спальне, и к комнатам каждого из супругов.

Согласитесь, пока ребенок не стал полностью самостоятельным, у родителей есть право высказывать свое мнение по поводу его комнаты.

– Обустройство интерьера – это увлекательно

С ребенком в этом возрасте уже можно поехать в магазин за предметами для обустройства дома. В наше время интерьеру

уделяется повышенное внимание. На эту тему выходит много журналов, есть специализированные магазины. Говорят, что для формирования чувства стиля в оформлении жилища человеку требуется 30 лет. Чтобы удачно справляться с этой задачей, нужно много смотреть и пробовать. Даже если взрослый в теории знает, как обустраивать дом, вряд ли у него получится все сделать красиво и гармонично, если внезапно заставить его применить эти знания на практике.

Пусть ребенок продумывает и меняет интерьер, начиная с небольшого пространства. Когда человек в детстве путем постоянных проб и ошибок выясняет, какая мебель ему подходит и как должна быть обустроена его территория, то к тому моменту, когда пора будет обзаводиться собственным домом, у него уже будут сформированы эти представления.

Даже в маленькой детской комнате есть большой простор для выбора: как расставить мебель, каким должен быть материал и цвет стен, какие выбрать шторы, покрывало для кровати, осветительные приборы… Если ребенок захочет сам покрасить стены, разрешите ему это сделать; если вместо штор он попросит жалюзи, купите ему их. Пусть с точки зрения родителей детский «дизайн интерьера» будет нелепым, но раз у ребенка есть желание экспериментировать, то почему бы не позволить ему это.

Когда мне было лет 13, я пробовала спать в комнате, расположенной на северной стороне дома, постелив на полу матрас. Спать оказалось холодно, а к простыне цеплялся мусор, поэтому я довольно быстро отказалась от этой идеи, но, думаю, это был полезный опыт.

Я сравнивала европейские и американские фотографии детских комнат и заметила, что везде хорошо сочетаются все элементы: качественная мебель, красивое постельное белье и т. д. Притом что каждой культуре присущи какие-то характерные черты, все детские комнаты выглядят на удивление разнообразно и оригинально.

По обстановке комнаты можно представить, какой ребенок там живет: «этот любит музыку», «этот – развит не по годам, совсем как взрослый», «а этот, наверное, любит читать книги, валяясь на кровати», и эти образы невольно вызывают улыбку.

Такой дизайн детских, где каждая комната не похожа на другую, сразу говорит нам о том, что в этой стране процветает индивидуализм и что интерес к обустройству интерьера в ней очень велик. Наверняка все это возможно еще и потому, что родители правильно обучают детей и люди понимают: интерьер – это не роскошь, а важный инструмент, помогающий ребенку быть самим собой.

Глава 4: резюме. Почему ребенку необходима своя комната

1. Время, которое ребенок проводит наедине с собой, очень важно. Лучше, чтобы к 10 годам у него уже была такая возможность.

2. Предоставив ребенку отдельную комнату, мы учим его пользоваться этим пространством и распоряжаться им.

Какой должна быть детская

1. До 3 лет ребенок постоянно рядом с мамой, поэтому достаточно организовать для него «детский уголок».
2. С 3 лет лучше выделить ребенку отдельную комнатку рядом с гостиной.
3. В 6 лет отведите ребенку собственную комнату и установите правила пользования ею.
4. С 10 лет позвольте ребенку полностью распоряжаться собственным пространством. Дайте ему построить свою «крепость» и самому решать, каким должен быть ее интерьер.

Примечание. Как бороться с детским «купи!»

Примерно в 3 года дети начинают выпрашивать сладости или игрушки, которые видят в магазине. К 5–6 годам они уже лучше соображают и надоедают маме постоянными просьбами («Я хочу Gameboy!», «Ты мне купишь?», «А когда?»), пытаясь вовлечь родителей в затяжную борьбу.

Не так-то просто обеспечить ребенка всем, что он хочет. Если бы у вас не было денег и вы бы при всем желании не могли купить предмет его мечтаний, то это, возможно, вас расстроило бы, зато не возникало бы вопроса, как поступить.

Родителям очень сложно оградить детей от бесконечного потока вещей, которыми наполнен наш мир.

Трехлетний ребенок хочет то, что у него перед глазами. Поэтому можно положить игрушку в корзину, а потом, пока он не видит, выложить ее обратно на полку. Ведь в этом возрасте ребенок сразу забывает о том, что пропадает из его поля зрения.

Но это только начало. Со временем придется действовать серьезнее. Я уже подробно писала о том, что родители должны выполнять свои обещания: пообещали ребенку выбросить все, что он не убрал, – выбрасывайте. В итоге все сводится к этому принципу.

Если в магазине, где продаются сладости или игрушки, ребенок упрашивает вас что-то купить, а вы не соглашаетесь, стойте на своем до конца.

У меня был только один случай, когда мой ребенок продолжал плакать и кричать «нет, купи!». Ему было ровно 3 года.

Он лег на пол в супермаркете (меня тогда это шокировало: мой ребенок – и такое устроил!..) и плакал больше получаса. Я с трудом сдерживала себя, чтобы не поддаться на его просьбы, а

проходившие мимо женщины как ни в чем не бывало заговаривали с ним: «Мальчик, что случилось?»

Работникам магазина мы наверняка причинили неудобства, но, похоже, этого раза хватило, чтобы он усвоил, что нет – значит нет.

Еще один способ – взять с ребенка обещание на будущее, например: «Сегодня я тебе это куплю, но тогда всю неделю больше ничего не проси. Хорошо?». Детей интересует именно «сейчас», поэтому, как правило, они соглашаются на такие условия. Родителям остается только держать слово и не покупать ничего в течение недели. Раз есть уговор, ребенку приходится терпеть и заодно тренировать свою выдержку.

Если с ранних лет приучить ребенка к терпению, к 5–6 годам он уже будет понимать, что ваше «нет» означает «нет». А если, в конечном счете, вы сдадитесь на его уговоры («Ну ладно, ладно! Куплю»), то все выйдет так, как он и ожидал.

Лучше назвать конкретное время, когда ребенок может получить желаемую вещь: «Подожди до дня рождения», «Когда бабушка летом соберется к нам в гости, попроси ее привезти это тебе в подарок» и т. п.

Конечно, иногда можно объяснять, почему вы что-то не купили, но на ваши аргументы ребенок будет приводить свои контраргументы. Вы скажете, что это слишком дорого, а он ответит: можно взять что-нибудь подешевле; вы заявите, что нельзя покупать каждый день, а он вам напомнит, что вчера вы ему ничего не покупали, а значит, сегодня – можно.

Объяснять ребенку причины зачастую бесполезно. Куда убедительнее для него ваша позиция: раз родители говорят, что нельзя, значит – нельзя, без всяких разговоров.

Примечание. Как быть с бабушками и дедушками

В том, что у детей становится все больше игрушек и одежды, виноваты, в частности, бабушки с дедушками.

Хорошо, что они так любят ребенка, но, покупая ему что-то перед каждой встречей, они оказывают вам медвежью услугу. Когда вещей слишком много – это вредно не только для поддержания порядка, но и с точки зрения воспитания.

Конечно, жестоко лишать старшее поколение удовольствия покупать подарки внукам. Но немного раздражает то, что наши родители, выросшие во время дефицита товаров, не чувствуют границ.

Так что же делать?

С родителями договориться несложно. Просто объясните им, что, когда одежды или игрушек слишком много, это причиняет неудобства, к тому же ребенок перестает ценить вещи. Попросите их дарить внукам подарки только по праздникам: ко дню рождения, на Рождество…

Решите, как и когда лучше поговорить об этом

Часто бабушка по маминой линии относится к внуку как к своему ребенку. Если она живет вместе с вами или неподалеку, у

вас наверняка бывают разногласия во взглядах на воспитание. Порой складывается ощущение, что у ребенка не одна, а две мамы. Тогда вам нужно дать понять бабушке (да, это может быть непросто), что вы как родитель несете ответственность за ребенка и хотите воспитать его сами. Ваша мама наверняка найдет способ взаимодействовать с ним иначе, уже как бабушка.

С мамой мужа все немного сложнее. Все зависит от ее характера, но, если она легко идет на контакт, можно четко высказать ей свою позицию, так же как вы делали бы это со своими родителями. Скорее всего, она вас поймет, ведь она тоже любит своего внука.

Ребенок в глубине души и сам чувствует, что нехорошо, когда ему покупают все, чего он ни пожелает. Дайте ему понять – это действительно так.

Если же бабушка чересчур эмоциональный человек, которого невозможно переубедить, то есть риск натолкнуться на непонимание и испортить отношения. В этом случае и для вас, и для нее будет лучше, если вы не станете ни о чем ее просить. Вместо того чтобы воздействовать на родителей мужа, объясните ребенку: «Бабушка и дедушка тебя очень любят, поэтому много тебе покупают, правда? Иногда они спрашивают, чего ты хочешь. Но мне кажется, что не очень хорошо просить у них все подряд. Поэтому веди себя прилично и время от времени говори бабушке и дедушке, что сегодня тебе ничего не нужно».

Но как быть, если дедушка с бабушкой продолжают покупать внуку вещи одну за другой? Здесь ничего не поделаешь – остается смириться с фактом, что они любят баловать ребенка. Вам стоит установить в семье правила и добиться, чтобы ребенок их соблюдал. Например: он всегда показывает вам то, что подарили бабушка и дедушка; папа и мама будут покупать ему вещи только на день рождения и Рождество, и т. д.

Однозначно ненужные подарки можно не открывать, а куда-нибудь убрать, а потом, например, продать.

Примечание. Что делать с подарками

Во время уборки нам часто приходится выбрасывать вещи. При этом не всегда понятно, что делать с подарками.

Мягкие игрушки, канцелярия, которые подарили друзья на день рождения. Игрушки от бабушек и дедушек. Модельки, полученные от брата. Медаль со спортивных соревнований. Безделушки и украшения, подаренные девушкой или молодым человеком…

Легко распоряжаться вещами, которые купили вы или

ребенок выбрал сам. Но не так просто решить, что делать с подарками, полученными от кого-то еще, ведь кажется, что вы пренебрегаете добрыми чувствами того, кто это подарил.

А если хранить все подряд, то дом будет забит вещами, до которых вам нет дела.

Мне кажется, ребенку нужно объяснить, что чувства дарителя и сам подарок – не одно и то же. Только пользуясь вещью, мы выражаем признательность тому, кто ее подарил, и хуже всего, когда она валяется без дела.

Самое главное, когда мы получаем подарок, – чувство благодарности и радости от того, что человек подумал о тебе. А саму полученную вещь мы можем или использовать недолгое время, или поставить на видное место, или же бережно пользоваться ею так долго, как это возможно.

Подарок, который так и не пришелся вам по вкусу, нужно либо убрать в коробку с памятными вещами, либо избавиться от него.

Если ребенку нужен «ритуал» перед тем, как выбросить какую-то полученную в подарок вещь, родители могут что-нибудь придумать. Например, все вместе «попрощаться» с ней и положить в мешок для мусора или сжечь ее.

Примечание. Каким родителем я хочу быть

Сейчас речь пойдет не об уборке.

Есть ли у вас некий идеальный образ родителя, к которому вы стремитесь? Для кого-то этим идеалом может быть кто-нибудь из знакомых, для кого-то – собственная мать. Кто-то, наоборот, не хочет подражать своим родителям, потому что они для него плохой пример.

То, что человек становится родителем, не делает его в тот же момент безупречным. Стремление идеально выполнять свою социальную роль может вас измотать. И все же, стараясь быть самым лучшим для своего любимого ребенка, мы часто занимаемся самоанализом.

Мне кажется, ребенку достаточно того, чтобы родители его любили.

Но при этом у меня есть образ родителя, к которому я стремлюсь. Мой идеал – родитель, не идущий на поводу у эмоций.

События, которые происходят ежедневно, нельзя однозначно назвать ни хорошими, ни плохими. Хорошее или плохое в них видит человек. Например, если ребенок хотел убрать тарелку, но уронил и разбил ее, это просто событие, и его можно рассмотреть

и как непоправимую ошибку, и как опыт. Я бы предпочла, когда это случается, не ругать ребенка, поддавшись эмоциям («я же тебе говорила!» или «ты ни на что не способен!»), а взять себя в руки, даже если я очень рассержена, спокойным голосом спросить, не поранился ли он, и попросить его убрать осколки. А еще лучше – заодно объяснить ему, как их нужно убирать.

Потом можно мягко поинтересоваться у ребенка, почему он уронил тарелку. Может быть, он нес сразу несколько штук, или смотрел в это время телевизор, или держал большую тарелку одной рукой и она выскользнула… Если ребенок поймет, в чем его ошибка, эта оплошность станет для него хорошим уроком.

Мне хотелось бы уметь брать себя в руки, когда я волнуюсь, что ребенок поранился или заболел, и спокойно спрашивать его, где болит, утешая – скоро все пройдет. Ведь дети, увидев, что родители спокойны, успокаиваются и сами и заодно понимают, что не стоит поднимать шум из-за какой-то ссадины.

Еще мне хотелось бы в счастливые моменты, когда я безумно радуюсь, научиться вести себя сдержанно, хотя меня переполняют эмоции. Веселиться и терять голову от собственного успеха тоже не совсем правильно.

Вот что я имею в виду, когда говорю, что хочу научиться не идти на поводу у эмоций.

Мы день за днем проживаем нашу жизнь, и в ней случается много разных событий. Среди них есть приятные, а есть те, что заставляют нас страдать.

Кажется, было бы лучше, если бы хорошего в жизни было очень много, а плохого совсем не происходило. Но не все так просто.

Конечно, если ничего не делать и сидеть на месте, плохого будет мало, но и хорошего, скорее всего, тоже. Я думаю, жизнь становится гораздо полнее, когда вы изо всех сил стараетесь делать то, что можете или что вам нравится, постоянно попадая в разные ситуации.

Не от того, в каких ситуациях вы оказываетесь, а от того, как вы с ними справляетесь, зависит, будет ли ваша жизнь наполненной и интересной.

Именно поэтому мне бы хотелось, чтобы люди не поддавались эмоциям, реагируя на разные события, не преувеличивали их значение, не теряли себя. И еще – чтобы они в любых обстоятельствах настраивались на позитивный лад. Я уже много раз повторяла в этой книге: результат важен, но процесс гораздо важнее.

Такое отношение нельзя привить ребенку только с помощью слов и указаний. Оно естественным образом усваивается из поступков родителей, которые они совершают каждый день, из их интонаций, выражения лица и т. д.

Календарь уборки на 12 месяцев

Первая четверть, вторая четверть…

Жизнь ребенка строится вокруг того, что происходит в детском саду или в школе. Я составила календарь, который поможет вписать уборку в это расписание.

У детей повседневная жизнь больше, чем у взрослых, подчинена календарю, и они активнее предвкушают наступление будущего. Используя их ритм жизни и эти чувства, попробуем составить модель календаря уборки на год.

Сентябрь

Это время поступления в школу, начало нового учебного года. Поэтому уже в августе стоит подготовить комнату.

– Позаботьтесь о том, чтобы у ребенка были только нужные вещи, чтобы они лежали на своих местах и чтобы он сам за этим следил.

– Новые обязанности. Поручите ребенку новые обязанности и обращайтесь с ним как со взрослым, мотивируя это тем, что он уже в старшей группе детского сада или поступил в первый класс. Можно поручить ему вешать белье или мыть посуду. Лучше привлекать его к разным делам постепенно, чтобы не сбить с толку внезапно навалившейся горой обязанностей.

Октябрь, ноябрь

Время менять одежду на более теплую. Помогите в этом ребенку. Это занятия не покажется вам обоим скучным, если постоянно вести диалог: «Вот это ты уже не будешь надевать? Ты из этого вырос, правда? Эта одежда тебе мала, давай ее кому-нибудь отдадим» и т. д.

Декабрь, январь

Можно заняться закреплением полезных привычек.

– Привычка ложиться спать только после того, как убрал игрушки: приучите ребенка ложиться спать только после того, как он уберет на место все, что вытаскивал в течение дня.

– Накануне Нового года привлеките ребенка к предпраздничной уборке и украшению елки.

Февраль

Ребенок ходит в детский сад или в школу, а родители должны давать ему настойчивые указания, чтобы он продолжал как следует поддерживать порядок.

Март, апрель

Время менять одежду на более легкую. Поступаем так же, как

с зимней одеждой.

Май

Конец учебного года.

Генеральная уборка: в это время у мамы много забот, так что поручите что-нибудь и ребенку. Сам он не знает, что нужно делать. Дайте ему почувствовать свою нужность, сделать что-то по-настоящему полезное.

Июнь, июль

– Утренняя уборка: утро всегда проходит в спешке, но во время каникул это не так. Попробуйте поручать ребенку маленькую уборку по утрам.

– Можно поручить ребенку какие-то обязанности только на время летних каникул – по утрам подметать около дома, поливать цветы…

Август

В следующем месяце ребенок идет в школу или у него начинается новый учебный год Перед новым этапом жизни он полон надежд. Скорее всего, он примется за подготовку в августе даже с большим энтузиазмом, чем за предновогоднюю уборку.

Проверьте стол и его выдвижные ящики. Уберите ненужные учебники, использованные тетрадки, ручки и т. д. Не стоит отправлять все без разбора на хранение: выберите и оставьте только нужное.

Поручите ребенку привести в порядок свой портфель. Если он

из ткани, его нужно постирать или протереть мокрой тряпкой, а если кожаный – натереть кремом, чтобы он прослужил и в этом учебном году.

– Проверьте, как организовано хранение вещей в комнате. С вещами в столе и на столе мы уже разобрались. Теперь нужно пересмотреть все остальные места хранения. Проверьте, все ли в порядке с распределением по «уголкам» и по группам, не нужно ли внести изменения в этом году.

Заключение

Меня попросили написать книгу о детях и уборке примерно год назад.

Я долго думала, что могу сказать об уборке, если я сама в ней не сильна. Я никогда не считала, что комната должна выглядеть идеально, а вещи в ней – находиться исключительно на своих местах. Смогу ли я написать инструкцию о том, как эффективно обучить ребенка прибираться?

Но, размышляя об уборке, я поняла, что в ней есть более глубокий смысл, чем просто поддержание дома в чистоте и порядке. Это те самые базовые жизненные навыки, о которых я писала во введении. Иными словами, наводя порядок, человек учится правильно обращаться с вещами; умение его поддерживать помогает жить в гармонии с другими людьми; уборка предполагает активность, которая открывает нам что-то новое.

Осознав эти вещи, я смогла написать книгу.

Я убеждена, что в жизни, в работе, да и во всем – процесс гораздо важнее результата, хотя результат, конечно, тоже важен.

Мне бы хотелось, чтобы ребенок научился всерьез увлекаться процессом, чтобы на него не так сильно влиял результат, чтобы ему всегда хватало сил добросовестно подходить к делу.

Наведение порядка – такой пустяк и одновременно такая важная вещь. Я искренне надеюсь, что благодаря этой книге ваш ребенок обретет не только чистую, аккуратно убранную комнату, но и поддержку, которая поможет ему идти по жизни смело и радостно.

КОГДА ВЫ ДАРИТЕ КНИГУ,
ВЫ ДАРИТЕ ЦЕЛЫЙ МИР

ХОТИТЕ ЗНАТЬ БОЛЬШЕ?

Заходите на сайт:
https://eksmo.ru/b2b/

Звоните по телефону:
+7 495 411-68-59, доб. 2261

notes

Примечания

1

В Японии есть две дошкольные программы на выбор: на два года в возрасте четырех лет или на три года для трехлетних (*прим. пер.*).

2

Футон – японский матрас для сна; осиирэ – специальный стенной шкаф для футона (*прим. пер.*).

3

У японцев принято мыться по вечерам и сидеть в горячей ванне перед сном *(прим. пер.)*.

4

Японская пословица, возникшая в те времена, когда дети не смели просить родителей о помощи без крайней необходимости (*прим. пер.*).

5

В Японии принято ставить обувь носками к двери (*прим. пер.*).

6

В Японии раздельный сбор мусора, и его можно выносить из дома только в определенные дни недели (*прим. пер.*).

7

См. «Исследования детского личного пространства» /Китаура Каору и другие. Резюме технических документов ежегодного собрания японского архитектурного университета (Summaries of technical papers of Annual Meeting, Architectural Institute of Japan, 1991) (*прим. автора*).

8

Раздвижные двери в японских домах (*прим. пер.*).

9

С 1926 по 1989 г. (*прим. пер.*)